INFORMAÇÃO
extra.globo.com
EXTRA
2ª EDIÇÃO
RIO DE JANEIRO
DOMINGO, 14 DE ABRIL DE 2024
ANO XXVII
NÚMERO 10.096

SÓ TEM FERA NO DOMINGÃO DO EXTRA!

App mostra onde você estacionou o seu carro. 'TECNOLODICAS', PÁGINA 2

ALEXANDRE FONTOURA

O poder da oração de pais e mães pelos filhos. 'REFLEXÕES', PÁGINA 13

PADRE MARCELO ROSSI

Quiche e musse: veja receitas bem fáceis de fazer. 'ACORDA, MENINA!', CANAL EXTRA

ANA MARIA BRAGA

Saiba o que é coreorgasmo e por que ele acontece. 'SEXO E AFINS', PÁGINA 14

REGINA RACCO

Detalhes da negociação por reajuste dos salários. 'SERVIDOR', PÁGINA 12

GUSTAVO SILVA

Universidade ensina como alcançar a felicidade. 'PAGE NOT FOUND', PÁGINA 10

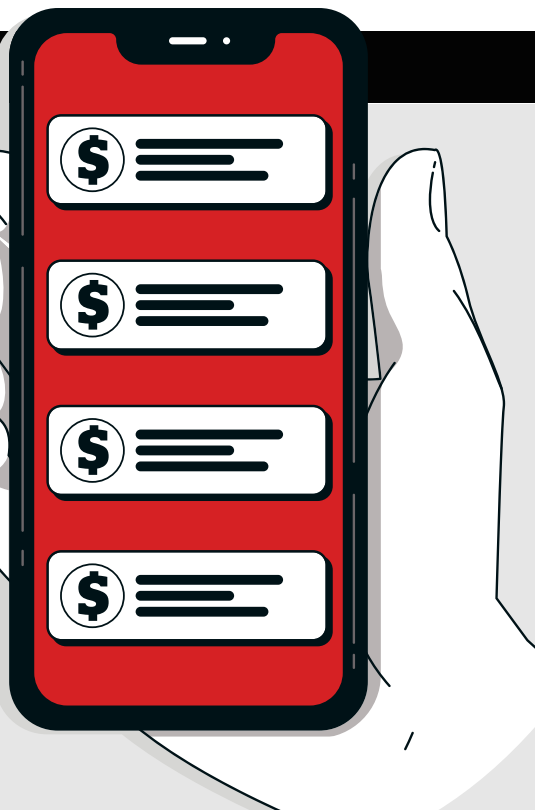
FERNANDO MOREIRA

EM MERCADOS, FARMÁCIAS E LOJAS

ECONOMIA NA PALMA DA MÃO

CONFIRA 10 APLICATIVOS QUE AJUDAM A PAGAR MENOS POR PRODUTOS E SERVIÇOS; ESPECIALISTA DÁ DICAS PARA APROVEITAR AS OFERTAS. PÁGINA 11

JOGO / EXTRA

LUCAS MERÇON/FLUMINENSE FC

Só um ponto na estreia

O Flu lutou, mas começou o Brasileiro empatando em 2 a 2 com o Bragantino no Maracanã. Hoje tem Fla, Vasco e Botafogo.

MÁRCIO FARIAS

ESTRELA DE CINEMA

Apaixonada por filmes, Fernanda Bande posa para o EXTRA encarnando personagens clássicas das telonas e abre o coração sobre o roteiro da sua vida. "Nas ruas, só estou recebendo amor", comemora a Loba do "BBB 24".

canal

RETRATOS DA VIDA

As donas da bola

FOTOS DE DIVULGAÇÃO

Mulheres e namoradas dos jogadores do Flamengo formam um verdadeiro time fora de campo, e a "capitã" é Isa Ranieri, casada com Cebolinha. Elas assistem aos jogos e até fazem esportes juntas. Mas nem todas. Karoline Lima, que namora Léo Pereira e virou xodó da torcida, ainda não interage com o grupo. PÁGINA 18

Concurso em Maricá atrai mais de 100 mil candidatos

Seleção da Secretaria Municipal de Educação oferece 326 vagas. Inscrição ainda está aberta. Veja como se preparar para a prova. PÁGINA 12

Pesquisadores estudam os superidosos

PÁGINA 9

A moda agora é fazer festa de 'descasamento'

PÁGINA 8

Tecnolodicas

ALEXANDRE FONTOURA

NA WEB APONTE A CÂMERA DO CELULAR PARA LER MAIS DICAS SOBRE TECNOLOGIA

Parou o carro na rua? Nunca mais esqueça onde, em três passos

Desde que o Google Maps foi lançado, em 2005, sempre recebeu diversas atualizações com ferramentas para facilitar a vida dos milhões de usuários. Uma funcionalidade ainda pouco conhecida é a possibilidade de marcar o local onde você deixou o carro estacionado.

A função é muito útil para quem vai a um local com o qual não tem muita familiaridade ou a lugares movimentados, com risco de não lembrar ou confundir onde estacionou o carro, como um shopping.

A ferramenta possibilita fixar uma localização e até criar rotas para encontrar o veículo rapidamente. Para usá-la, assim que estacionar o seu carro na rua, abra o Maps e siga esses passos:

1. Clique na bolinha azul, onde mostra sua localização exata. Na tela abaixo, role para a esquerda até a opção “P Salvar estacionamento”.

2 . Quando quiser achar o carro, abra novamente o Maps e observe o alfinete vermelho escrito “Você estacionou aqui”. Clique nele que o aplicativo dará a rota para chegar até lá.

3. Você ainda pode compartilhar esse local pelo próprio aplicativo, com quem você quiser, pelo WhatsApp ou qualquer outro app de mensagens.

FREEPIK

Lançado em 2005, o Google Maps tem ferramentas poucos conhecidas, como a de marcar a localização

Previsão do tempo

O sol aparece entre nuvens pela manhã. À tarde, podem ocorrer pancadas de chuva.

HOJE Min 22° Max 30°

LUA NOVA

AMANHÃ Min 21° Max 31°

TERÇA Min 21° Max 32°

Passatempo

Cruzadas

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

Feita em visitantes, inibe a entrada de armas, drogas e celulares em penitenciárias

Recurso usado para estancar a hemorragia

Central sindical

Estado do gaúcho (sigla)

Menino; criança (bras.)

Composições clássicas, comuns na obra de Beethoven

Encontrados

Condição política de Dilma Rousseff até 31 de outubro de 2010

Dignidade pessoal

Entidade como o Ibase (sigla)

Sagaz; manhoso

Aquele que pede com insistência

Onda, em espanhol

A (?) aberto: ao ar livre

Filtrar

Popular prato mexicano

A melhor defesa, no dito futebolístico

(?) marinhas, ingrediente do xampu

Novilha que tem menos de um ano

Grande tronco de madeira

Comitê responsável pelas Olimpíadas

Elemento básico da harmonia (Mús.)

Motivo de desgaste de objetos

Apelido de "Zuleica"

50, em romanos

"Desenvolvimento", em BNDES

Não, em inglês

Cada lado da luta social, no Marxismo

Entrelaçamento rodoviário de vias expressas

Juntar novamente (um grupo)

A "lixeira do mundo", segundo Cousteau

Desacerto

Fonte do óleo de rícino

Principal serviço secreto dos EUA

Solteirona (fam.)

E-(?): correio eletrônico

Perde a intensidade

Monge

Fúria

Interjeição mineira

Broche com figura em relevo

A numeração usada em computação

Despida

Cidade da Praça de São Pedro

Relatório de uma assembleia

Utensílio divinatório de ciganas

Adriana Esteves, atriz carioca

BANCO 3/not — ola. 4/mail. 6/mamona. 7/camafeu — versuto.

8

Sudoku

		8				2		
	1		7		8		9	
5				6				3
	5		3		1		8	
		2				7		
	9		4		7		2	
4				9				8
	7		1		2		6	
		9				1		

Respostas

Telefones

DIREITOS HUMANOS **100**
ATENDIMENTO À MULHER **180**
ATENDIMENTO À CRIANÇA **123**
ATENDIMENTO AO IDOSO **0800-2822-899**
POLÍCIA FEDERAL **194**
POLÍCIA CIVIL **197**
POLÍCIA MILITAR **190**
SAMU **192**
CORPO DE BOMBEIROS **193**
DEFESA CIVIL **199**
DEFENSORIA PÚBLICA DO RIO **129**
MINISTÉRIO PÚBLICO **127**
ALÔ ALERJ **0800-0220-008**
DETRAN-RJ **0800-0204-042 OU 3460-4040**
CEDAE **0800-2821-195**
LIGHT **0800-0210-196**
ENEL **0800-2800-120**
NATURGY **0800-0240-197**
PROCON-RJ **151**
SUPERVIA **0800-7269-494**
METRÔ **0800-5951-111**
BARCAS **0800-7211-012**
DETRO **2332-9535**
PONTE RIO-NITERÓI **0800-0229-333**
VIA LAGOS **0800-7020-124**
NOVA DUTRA **0800-0173-536**
LINHA AMARELA **0800-0242-355**
POLÍCIA RODOVIÁRIA FEDERAL **3503-9000**
RIOCARD **2127-4000**
DISQUE DENÚNCIA **2253-1177**
DISQUE CIDADANIA LGBT **0800-0234-567**

GRUPO GLOBO
EXTRA
CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO
PRESIDENTE **JOÃO ROBERTO MARINHO**
VICE-PRESIDENTES **JOSÉ ROBERTO MARINHO E ROBERTO IRINEU MARINHO**

O EXTRA É PUBLICADO PELA EDITORA GLOBO S/A.
DIRETOR-GERAL **FREDERIC ZOGHAIB KACHAR**

DIRETOR DE REDAÇÃO E EDITOR RESPONSÁVEL **HUMBERTO TZIOLAS**

EDITORES EXECUTIVOS: **LETÍCIA SANDER** (Coordenadora) • **ALESSANDRO ALVIM** • **ANDRÉ MIRANDA** • **FÁBIO GUSMÃO** • **FLÁVIA BARBOSA** • **LUIZA BAPTISTA** • **PAULO CELSO PEREIRA**

EDITORES: IMPRESSO **JOANA RIBEIRO** (joana.ribeiro@extra.inf.br) • POLÍTICA E BRASIL **THIAGO PRADO** (thiago.prado@oglobo.com.br) • RIO **RAFAEL GALDO** (rafael.galdo@oglobo.com.br) • ECONOMIA **LUCIANA RODRIGUES** (luciana.rodrigues@oglobo.com.br) • MUNDO **LEDA BALBINO** (leda.balbino@sp.oglobo.com.br) • SAÚDE **ADRIANA DIAS LOPES** (adriana.diaslopes@sp.oglobo.com.br) • CULTURA **MARCELO BALBIO** (balbio@oglobo.com.br) • ESPORTES **THALES MACHADO** (thales.machado@extra.inf.br) • FOTOGRAFIA **ANDRÉ SARMENTO** (asarmento@oglobo.com.br)

PRINCÍPIOS EDITORIAIS **EXTRA.GLOBO.COM/PRINCIPIOS-EDITORIAIS**

FALE COM O EXTRA
JORNALISMO - Atendimento ao leitor (021) 2534-4366, de 2ª a 6ª, das 6h30 às 17h, sábados, domingos e feriados, das 7h às 12h. Redação (021) 2534-5000. Cartas: Rua Marquês de Pombal 25, Nível 3, Cidade Nova – CEP 20.230-240.
PUBLICIDADE Noticiário (021) 2534-4310. Classificados (021) 2534- 4333.

VENDA AVULSA Estado do Rio, São Paulo, Minas Gerais e Espírito Santo. Segunda-feira a sábado: R$ 2,50. Domingo: R$ 5. Para ter o EXTRA em seu ponto de venda, escreva para vendasavulsas@edglobo.com.br. As matérias publicadas podem ser compradas na Agência O Globo (2534-5777). **O EXTRA É ASSOCIADO ANJ - IVC - GDA - WAN - SIP**

INÊS249

LUTA DIÁRIA NA BAÍA DE GUANABARA

Cresce o número de mulheres atuando na pesca para manter o sustento da família

Caiu na rede, é delas!

Geraldo Ribeiro
geraldo.ribeiro@extra.inf.br

Às três da manhã, Saionara Araújo, de 42 anos, sai da cama, prepara o café para os dois filhos, um casal de 5 e 13 anos que ainda está dormindo, e, uma hora depois, entra no barco em que vai passar quatro horas jogando e puxando a rede na Baía de Guanabara. Em dias mais produtivos, ela pode arrastar até 80 quilos de pescado. Não foi o caso da última terça-feira, quando voltou para terra firme com apenas 20kg de pescadinha, tainha e corvinota. Vendidos já limpos a uma peixaria, renderiam pouco mais de R$ 100. Com o marido preso e sem outra fonte de renda, é do mar que a pescadora tira o sustento da família.

Mulheres como Saionara, que mora em uma colônia de pescadores no bairro Bancários, na Ilha do Governador, começam a ter protagonismo num universo onde os homens formam a maioria. Segundo dados da Fundação Instituto de Pesca do Estado do Rio de Janeiro (Fiperj) e do Ministério da Pesca e Aquicultura, elas já são quase 30% da mão de obra na pesca artesanal, a mais comum no Rio de Janeiro.

— Para se destacar num universo masculino, precisa falar de igual para igual. Não podemos abaixar a cabeça — diz Saionara.

PARTICIPAÇÃO FEMININA DEVE AUMENTAR

Em todo o estado, são 3.426 mulheres e 12.028 homens com o Registro Geral de Pesca (RPG). A formalização garante benefícios, além do recebimento do Seguro Defeso, pago durante o período em que não é permitido pescar certas espécies por ser a época de reprodução de determinados peixes e crustáceo.

A participação feminina também tem crescido na cadeia produtiva. Segundo a Fiperj, na aquicultura — criação de peixes, moluscos e mais seres vivos aquáticos —, são de mulheres 110 dos 674 registros estaduais junto ao ministério.

Os dados mostram que a presença feminina deve aumentar. Entre junho de 2018 e maio de 2023, foram feitos pedidos de registro na Fiperj por 1.414 mulheres, a maioria relacionada à piscicultura continental (457), à pesca marinha artesanal (428) e à pesca continental (253).

Saionara assumiu o lugar do marido no barco

FOTOS DE CUSTÓDIO COIMBRA

Lucimar começou a pescar com o ex-marido e hoje é uma liderança

O sonho do barco próprio é desafio para pescadoras

Como a maioria das pescadoras, Lucimar Ferreira, de 48 anos, exerceu outras atividades antes de cair no mar: foi manicure, vendedora e artesã. A pesca entrou na sua vida há dez anos, através do ex-marido. Ela tomou gosto pelo ofício e virou uma liderança feminina no bairro da Piedade, em Magé, na Baixada, onde grande parte dos moradores vive da pesca. Lá, criou e preside a Associação de Pescadores Desportivos Lutando Pela Vida, que reúne 370 associados, sendo 60 mulheres. Mas ainda há muito a remar, ela explica:

— As mulheres dependem dos donos dos barcos para trabalhar. Em geral, são maridos ou algum conhecido. Conseguir comprar o próprio barco, que é instrumento de trabalho, é um grande desafio.

Se uma pescadora usa a embarcação de um desconhecido, precisa pagar uma diária. Se for de algum conhecido, pode conseguir arcar apenas com o combustível. Para alterar esse quadro de dependência, Lucimar tenta arrecadar R$ 35 mil com uma vaquinha virtual.

CURSO EMPODERADOR

Para possibilitar mais acesso às mulheres, há um curso de construção naval que reserva metade das vagas para a participação de moradoras de sete municípios do entorno da Baía de Guanabara (Rio, Caxias, Guapimirim, Itaboraí, Magé, Niterói e São Gonçalo). A coordenação é do pescador Delcio Fonseca e há parceria com o Movimento Baía Viva e com a UFRJ, que promovem aulas gratuitas e garantem alimentação, transporte e diária de R$ 200.

CHEIRO DE PROBLEMA

Especialistas apontam por que cariocas deixam tanto lixo nas ruas

Luiz Ernesto Magalhães e Jéssica Marques
granderio@oglobo.com.nr

Eleita recentemente pela revista Time Out a oitava rua mais legal do mundo, a Arnaldo Quintela, em Botafogo, tem um "lado B" nada glamouroso. Nas primeiras horas do dia, depois que os boêmios se recolhem, quem sofre são os pedestres, obrigados a desviar de pilhas de lixo. A situação não é diferente em outros pontos da cidade. Na Urca, funcionários de um bar diante da mureta à beira da baía — ponto disputado por locais e turistas — recorrem ao "jeitinho" enquanto os garis não aparecem: em vez de guardar o material até a coleta passar, varrem os detritos e os deixam esparramados ao lado de uma lixeira.

Na avaliação de especialistas, essa relação ruim do carioca com seu lixo se explica por vários fatores, a começar pela falta de educação.

— O brasileiro não se preocupa porque acha que já paga para o lixo ser retirado e que há alguém para fazer isso por ele. Só que não leva em conta que esse tipo de comportamento pode se reverter contra si se esse lixo obstruir bueiros e contribuir com enchentes e doenças — diz a psicóloga Claudia Melo, especializada em terapia cognitiva e comportamental.

Na Zona Norte, a aposentada Maria dos Santos convive com a sujeira na Rua Marechal Bittencourt, no Riachuelo:

— O lixo se acumula aqui por culpa da própria população. Eu separo reciclados e mantenho meu lixo em uma cesta no quintal até o dia de o caminhão passar. Mas tem muito morador que se aproveita do horário irregular da coleta para jogar na rua, usando como desculpa a falta de informação.

FOTOS DE MARCIA FOLETTO

VISTA POLUÍDA Lixo acumulado na Avenida Portugal, na Urca: Comlurb diz coletar 9,5 mil toneladas de resíduos diariamente

Sujeira a céu aberto

O CUSTO DA SUJEIRADA

Comlurb diz gastar R$ 110 milhões, por ano, entre salários de garis e equipamentos

Para dar conta da guimba de cigarro na calçada ao entulho largado em via pública, a Comlurb estima gastar R$ 110 milhões, por ano, entre equipamentos e salários de garis. Esse dinheiro seria suficiente para manter dez Unidades de Pronto Atendimento (UPA) ou dois grandes hospitais de emergência anualmente.

Nas áreas com encostas, a situação chega a ser tão crítica que a Comlurb tem 25 garis alpinistas. Um dos pontos que a empresa atua com esses profissionais é o Morro da Mineira, no Catumbi. Mesmo assim, o EXTRA registrou, na última semana, um lixão num dos pontos mais altos da favela.

Mas o problema também está em áreas planas, de fácil acesso, como na Favela do Metrô, na Rua São Francisco Xavier, no Maracanã, onde a Comlurb também afirma fazer retiradas periódicas. Lá, um terreno baldio é usado como depósito. Os detritos chegam aos trilhos da SuperVia.

— A comunidade tem coleta, mas as pessoas jogam ali. Quando chove, o lixo se espalha pelo chão. Tem muitos ratos e baratas — diz a merendeira Graziela Almeida, de 33 anos, moradora da Mangueira.

Ao lado e abaixo, lixo acumulado na esquinas das ruas Arnaldo Quintela e Rodrigo de Brito, em Botafogo, na Zona Sul

Entulho de obras ilegais

O presidente da Comlurb, Flávio Lopes, diz que a empresa tem programas de educação ambiental nas escolas da rede pública e nas comunidades. Porém, dar um destino adequado ao lixo ainda é um desafio por causa do comportamento da população. Entre as origens do despejo irregular estão toneladas de entulho de resíduos de obras clandestinas deixadas em terrenos próximos a áreas controladas pelo tráfico e a milícia.

— Já a coleta domiciliar tem hora, mas, às vezes, a questão é o trânsito. Nas áreas onde foram implantados corredores de BRS, ela só pode ser feita à noite — argumenta Lopes.

Ele diz ainda que a prefeitura adota uma série de estratégias para tentar reduzir o lixo descartado indevidamente nas comunidades. Desde 2022, foram inaugurados mais de 50 ecopontos.

— Um dos problemas é que as pessoas não têm espaço nas casas para acomodar o lixo. E nem sempre o descarte é o mais adequado — pontua o presidente da Comlurb.

Na tentativa de reduzir o despejo irregular, a Comlurb mudou, na semana passada, o método de retirada de inservíveis de condomínios da Zona Oeste. Para evitar o acúmulo de lixo, caminhões passaram a entrar nas ruas internas. Além disso, estão sendo distribuídos 2,2 mil contêineres plásticos de 1.200 litros, cada.

Reciclagem insuficiente

A quantidade de lixo deixado nas ruas poderia ser bem menor caso as cidades tivessem uma coleta mais eficiente. Dados da Associação Brasileira de Resíduos e Meio Ambiente (Abrema) revelam que, em média, os municípios só reciclam 3% do seu lixo, incluindo resíduos de obras, e o Rio está nesse patamar.

O percentual poderia ser muito maior. Em 2021, uma pesquisa por amostragem feita pela própria empresa a pedido do Tribunal de Contas do Município (TCM-RJ) revelou que 36,71% do lixo doméstico recolhido nas vias públicas teriam potencial para serem reaproveitados, pois são itens recicláveis como papel, vidros e recipientes plásticos, mas terminam nos aterros.

A Comlurb calcula reciclar 3% das 9,5 mil recolhidas diariamente no Rio, incluindo material de compostagem e resíduos de obras.

Na reciclagem, um bom exemplo vem de Florianópolis (SC), que aparece num ranking anual da Abrema (2023) como a cidade com mais de 250 mil habitantes que dá melhor destino aos seus resíduos. Nesse levantamento, o município do Rio não aparece porque seus dados não estavam disponíveis no período de coleta.

ESPORTE

Ponto de partida em busca do título do Intercolegial

Congresso de Abertura no dia 24 vai debater os detalhes da 42ª edição

Lucas Ribeiro
lucas.ribeiro.rpa@edglobo.com.br

O Congresso de Abertura do 42º Intercolegial, que tem realização do jornal O Globo e apresentação do Sesc-RJ, reunirá os professores dos colégios inscritos. Eles vão discutir o regulamento e a programação da competição. O encontro acontece no próximo dia 24, no Teatro Arena Sesc Copacabana — Rua Domingos Ferreira 160 —, às 9h30.

O evento terá a presença ilustre de Giovane Gávio, bicampeão olímpico com a seleção brasileira de vôlei — Jogos de Barcelona-1992 e Jogos de Atenas-2004. Ele dará uma palestra para os professores.

Quase cem escolas já confirmaram as inscrições, que terminam na sexta-feira. Em 2023, 124 instituições de ensino participaram do Intercolegial. As disputas têm o pontapé inicial em maio, com o futsal, que já tem as 32 vagas preenchidas, e o vôlei de praia encerra, em novembro. Ainda no primeiro semestre, o skate será em junho.

Roberto Garofalo, diretor-geral do Intercolegial, destaca a importância do Congresso de Abertura:

— A presença dos professores é fundamental, pois é o momento em que podem tirar suas dúvidas sobre o regulamento e tomar conhecimento de toda programação do Intercolegial até novembro.

Além disso, a ausência do colégio no dia 24 terá como consequência a perda de dez pontos na classificação geral, o que pode ser o diferencial na disputa pelo primeiro lugar. Fora a punição esportiva, a participação no Congresso de Abertura é valorizada por escolas que foram top 6 na edição de 2023, que teve o Santa Mônica Rede de Ensino como campeão.

INSCRIÇÕES

O prazo termina na próxima sexta-feira. Quase cem escolas já estão confirmadas

— É um momento legal, que dá a oportunidade de reencontrar todos os participantes, além de acertar os últimos ajustes e orientações sobre a competição — destacou Rodrigo Vallois, coordenador esportivo do GEO Doutor Sócrates, de Guaratiba, que ficou com a terceira colocação na edição do ano passado.

Quem também pensa da mesma forma são o treinador esportivo do GEO Nelson Prudêncio (Ilha do Governador), Marcus Vinicius Stecklow, e a coordenadora de esportes do GEO Juan Antonio Samaranch (Santa Teresa), Thainá Pinnola. Ambos destacaram os pontos positivos da presença no Congresso de Abertura do Intercolegial.

— O congresso é o cartão de visitas da competição. Para os estreantes no Intercolegial, é o momento de conhecê-lo melhor, sabendo das diretrizes. As escolas que já participam regularmente também aproveitam para tirar dúvidas e fazer sugestões com base em vivências anteriores — ressaltou Marcus Vinicius. Em 2023, o GEO Nelson Prudêncio ficou em quinto.

— Há a chance de reencontrar e conhecer companheiros de profissão que estão batalhando para levar o melhor aos alunos. Também podemos trocar propostas e ideias, celebrar conquistas e visualizar os confrontos das modalidades — comentou Thainá. O GEO Juan Antonio Samaranch foi o sexto colocado no Intercolegial do ano passado.

Mesmo ausentes nessa etapa inicial do Intercolegial, os alunos já aguardam ansiosamente para saber todas as informações do campeonato.

— Os alunos percebem que esse é um momento relevante para a comunidade esportiva escolar, pois serão definidos os caminhos dentro da competição — avisou Thainá Pinnola.

ARI GOMES/DIVULGAÇÃO/12.12.2023

Na edição de 2023, o GEO Doutor Sócrates, que fica em Guaratiba, garantiu pódio no Intercolegial com a terceira posição

ALIANÇAS NO RIO DE JANEIRO

PT aposta em ex-adversários

Para barrar o bolsonarismo, partido se une a políticos da Baixada antes alinhados com a direita

Caio Sartori e Marcelo Remigio
politica@oglobo.com.br

Para estancar o bolsonarismo e conquistar o maior número de prefeituras na Baixada Fluminense, onde estão quatro dos dez maiores colégios eleitorais do estado, o PT vai lançar mão de duas estratégias: apoio a candidatos de outros partidos, mesmo que tenham histórico de passagens por legendas de direita, e candidaturas próprias com apelo popular, que incluem novos nomes que desembarcaram de siglas do Centrão.

Para o restante do Estado do Rio, o PT projeta eleger prefeitos em municípios de pequeno e médio portes, o que também está previsto na Baixada. Em 2016 e 2020, a sigla conquistou apenas uma prefeitura fluminense: Maricá, na Região Metropolitana, fortaleza do partido que resistiu à onda antipetista. Até 2016, eram dez cidades.

BUSCA POR NOMES POPULARES

As estratégias atendem à determinação nacional do partido, que vê no aumento da conquista de prefeituras uma maneira de pavimentar o fortalecimento do PT para 2026. Ter prefeitos aliados, mesmo que em siglas de centro, também busca dar capilaridade à campanha de reeleição do presidente Lula, movimento que tem como faceta mais visível o apoio na capital ao prefeito Eduardo Paes (PSD), possível postulante ao Palácio Guanabara em 2026.

Na Baixada, uma das dificuldades do PT foi encontrar nomes com apelo popular, o que o levou a apoiar antigos adversários, hoje aliados. É o caso de Duque de Caxias, segunda cidade no estado em número de eleitores. A sigla bateu o martelo ao candidato do PV, José Camilo Zito, que integra federação com PT e PCdoB. Ex-prefeito, Zito tem passagens por legendas de direita, centro e esquerda, como PP, PSDB e PSB. Sua filiação anterior foi ao PSD.

OLHO NAS ELEIÇÕES
Legenda pretende conquistar prefeituras de pequeno e médio portes do Rio

Chamado de Rei da Baixada nos anos 1990 por suas votações expressivas na região, ele busca atrair o PDT, que tem como pré-candidato o deputado federal Marcos Tavares.

— Temos tentado uma aproximação com o PDT. Precisamos deixar as vaidades de lado e formarmos uma grande frente de esquerda para retirar da prefeitura o atual grupo familiar que governa — sugere Zito, que lançará a filha e ex-deputada federal Andréia Zito como uma das puxadoras de votos da federação.

DIVULGAÇÃO

Zito: ex-prefeito quer frente de esquerda

MARCELO LIMA/ARQUIVO

Sessim: ex-PP abriu espaço para o PT

CLÉBER JÚNIOR/22.07.2019

Andrezinho concorrerá em Paracambi

Meta de 80 vereadores eleitos no estado

Já em Nilópolis, o PT atraiu o ex-prefeito Sérgio Sessim, filho do ex-deputado federal Simão Sessim (que somou dez mandatos), até então caciques do PP, partido do Centrão, na Baixada. Ele concorrerá com o prefeito Abraãozinho David (PL), sobrinho do presidente de honra da Beija-Flor, Anísio Abrão David, e do ex-prefeito, Farid Abrão David. Seus pais eram primos.

— Quando fui prefeito, o PT participou de nosso governo. Vamos retomar o que começamos a fazer e foi abandonado — diz Sessim, que não descarta a aproximação com o PP.

Internamente, o PT se considera favorito em quatro municípios, nenhum entre os mais populosos do estado: Maricá, onde o deputado federal e ex-prefeito Washington Quaquá concorrerá; Japeri, com a reeleição de Fernanda Ontiveros, filiada em 2023; Paracambi, com o deputado estadual Andrezinho Ceciliano; e Pinheiral, com Rivalney Pedrosa.

APOIO DE WAGUINHO

O PT também acredita que pode disputar bem em Itaboraí, com a deputada estadual Zeidan, e em São Gonçalo, com o deputado federal Dimas Gadelha. Em Nova Iguaçu, os petistas falam em fazer uma "boa campanha" com Tuninho da Padaria, que foi secretário do ex-prefeito e deputado federal Lindbergh Farias, e tem apoio do prefeito de Belford Roxo e presidente estadual do Republicanos, sigla do Centrão, Wagner Carneiro, o Waguinho. Em troca, o PT apoiará o candidato de Waguinho, Matheus Carneiro, à sua sucessão.

Além das prefeituras, o PT do Rio estima ampliar o número de vereadores.

— Elegemos 23 vereadores em 2020 e, em 2024, devemos passar de 80 em todo o estado — diz o presidente estadual do PT, João Maurício de Freitas.

Polícia

NA WEB
APONTE A CÂMERA DO CELULAR PARA LER MAIS CASOS DE POLÍCIA

ALVO DE INVESTIGAÇÕES

Adilsinho, o homem que manda no jogo

À frente de clube de futebol da Barra, ele é suspeito de integrar a contravenção

Vera Araújo
varaujo@extra.inf.br

Pode-se dizer que, até maio de 2021, Adílson Coutinho Oliveira Filho não era uma figura muito popular. Isso mudou a partir de seu aniversário: para comemorar, ele deu uma festa no Copacabana Palace para 500 convidados, entre eles 28 policiais, segundo um levantamento da Coordenadoria de Segurança e Inteligência do Ministério Público do Rio. Com o evento, que teve shows de artistas famosos e desrespeitou normas de isolamento impostas na pandemia de Covid-19, o anfitrião emergiu como "membro de razoável importância" da organização criminosa que explora o jogo ilegal no estado. A informação consta de um relatório sobre uma investigação feita à época por promotores e policiais federais.

Hoje, é difícil encontrar alguém que acompanhe o noticiário e não tenha ouvido falar de Adilsinho, como costuma ser chamado por seus parentes, amigos e pares do mundo da contravenção. Também há aqueles que se referem a ele como Patrão, talvez pelo fato de já ser considerado integrante da cúpula da jogatina e ter muitas pessoas lhe prestando serviços. Mas ao responder, por e-mail, a um pedido de entrevista do EXTRA, Adilsinho não tocou nesse assunto. Ele se apresentou como "um empresário do ramo do futebol que também atua na produção de shows e eventos, agenciando artistas".

Fundador do Clube Atlético Barra da Tijuca (CABT), Adilsinho adotou para a agremiação, criada em 2010, as cores do Fluminense — verde, branco e grená — por conta da amizade que tinha com Ézio, falecido ídolo do time das Laranjeiras. O ex-jogador chegou a ser vice-presidente do CABT, que está na série B1 do Campeonato Carioca. A paixão do patrono pelo futebol é tanta que ele vestiu a camisa 9 do tricolor da Zona Oeste. Quando um juiz marcava pênalti, era Adilsinho quem batia.

> DHC ATRÁS DE PISTAS
> **Agentes cumpriram, na última terça-feira, mandado de busca na casa de Adilsinho**

Amigos dizem que, longe dos gramados, Adilsinho se dedica a mirar novos talentos da bola. Porém, na última terça-feira, ele que se tornou um alvo. Não de empresários do futebol, mas de policiais civis que cumpriam mandados de busca e apreensão expedidos pelo juiz-auxiliar da 3ª Vara Criminal da Capital, Cariel Patriota. Investigadores procuraram pistas do assassinato do advogado Rodrigo Marinho Crespo, ocorrido em 26 de fevereiro no Centro do Rio. Para a Delegacia de Homicídios da Capital (DHC), Adilsinho faz parte de um grupo que tem integrantes suspeitos de ligação com o crime.

CAMPOS E PALCOS

Perfil de investidor
Adilsinho se apresenta como "empresário de futebol que também atua na produção de shows e eventos"

REPRODUÇÃO

Adilsinho: dono do time e cobrador de pênaltis

INTERESSES EM COMUM

PROVA DE LEALDADE
De acordo com investigações, a trajetória de Adilsinho nos negócios cruzou com a de outro contraventor: Rogério Andrade, sobrinho do falecido "capo" Castor de Andrade. Um dos crimes investigados pela DHC, a execução do miliciano Marco Antônio Figueiredo Martins, o Marquinho Catiri, e de seu cúmplice, Alexsandro José da Silva, o Sandrinho, em 2022, na Zona Norte do Rio, tem Adilsinho como suspeito de ser o mandante. O assassinato teria sido uma prova de lealdade a Rogério. Catiri era braço direito de um inimigo em comum, o também contraventor Bernardo Bello.

PONTOS DE JOGO
Ainda segundo investigadores, Adilsinho se uniu a Rogério para tomar os pontos de jogo do bicho da família de Waldomiro Paes Garcia, o Maninho, morto em 2004, que estavam nas mãos de Bello.

ESCOLA DE SAMBA
Além do futebol, Adilsinho tem uma paixão que o fez seguir o mesmo caminho da maioria dos bicheiros do Rio: o carnaval. Desde o mês passado, ele tem uma escola de samba para chamar de sua, o Salgueiro, da qual se tornou patrono.

Delegados citam máfia do cigarro

Os delegados Alexandre Herdy e Rômulo Assis, da DHC, assinam um relatório que serviu como base para nove mandados de busca e apreensão cumpridos na última terça-feira, inclusive na residência de Adilsinho: "Há fundados indícios e elementos informativos que indicam que os investigados estão ligados a grupo de extermínio vinculado à estrutura criminosa permanente, com possíveis tentáculos na política, na contravenção e na exploração do mercado ilegal de cigarros".

Adilsinho já foi investigado pela Polícia Federal e pelo Ministério Público Federal no âmbito da Operação Smoke Free, deflagrada em 2022 para combater esquemas ilegais de venda de cigarros no Estado do Rio. Ele também foi alvo da Operação Fumus, de objetivo semelhante e realizada um ano antes pelo Grupo de Atuação Especial de Combate ao Crime Organizado (Gaeco) do Ministério Público do Rio. No entanto, os processos referente às duas foram trancados pelo Tribunal Regional Federal da 2ª Região e pelo Superior Tribunal de Justiça (STJ).

Segundo a DHC, há policiais que trabalham para Adilsinho, garantindo a segurança de pontos de jogo e de venda de cigarros que seriam explorados por ele.

DEFESA SE MANIFESTA
Em uma nota, o advogado de Adilsinho, Ricardo Braga, informou que seu cliente se desvinculou da Cia. Sulamericana de Tabacos, que produzia e vendia cigarros no estado: "Sua única ligação com comércio de cigarros decorre da distribuição de produtos de procedência lícita, autorizados pela Anvisa, com o recolhimento de todos os tributos incidentes, atividade que não desempenha desde 2022". Sobre a morte de Rodrigo Crespo, o advogado enfatizou não haver qualquer ligação de Adilsinho com a vítima.

Ex-mestre de bateria é assassinado

Ex-mestre de bateria da escola de samba Renascer de Jacarepaguá, Paulo Silva Vieira de Araújo, conhecido como Mestre Paulão, de 59 anos, foi morto em um ataque a tiros no Anil, na Zona Oeste do Rio. Outras duas pessoas — de 66 e de 48 anos — ficaram feridas. O crime aconteceu por volta das 20h de anteontem na Rua Soldado Mário Kosel Filho. Testemunhas contaram que os disparos partiram de um carro branco. O caso é investigado pela Delegacia de Homicídios da Capital.

Escritora atacada por pitbulls: 'Estou bem'

A escritora e poetisa Roseana Murray, de 73 anos, gravemente ferida por três cachorros da raça pitbull em Saquarema, fez ontem sua primeira publicação nas redes sociais desde que foi internada, no último dia 5. Ela, que perdeu um braço e uma orelha, agradeceu à equipe que a atende no Hospital Estadual Alberto Torres, em São Gonçalo, e afirmou: "Estou bem". Os três tutores dos cães chegaram a ser presos, mas a Justiça do Rio lhes concedeu habeas corpus.

Cinco baleados em festa

Um tiroteio deixou cinco pessoas feridas, ontem à tarde, em Bento Ribeiro, na Zona Norte do Rio. Segundo relatos de testemunhas a policiais militares, um grupo armado chegou de carro à porta de um salão de eventos onde acontecia uma festa de aniversário, na Rua Araraquara. Um de seus integrantes entrou no local e um policial reagiu, dando início a um confronto.

REPRODUÇÃO

Ambulância chega ao local do tiroteio, em Bento Ribeiro

O Corpo de Bombeiros informou que foi acionado por volta das 14h, mas não realizou atendimento no local, pois as vítimas já tinham sido levadas para o Hospital Estadual Carlos Chagas, em Marechal Hermes. A unidade não divulgou o estado de saúde delas. Segundo a Polícia Civil, a Delegacia de Homicídios da Capital (DHC) está investigando o crime.

PM é achado morto em porta-malas de veículo

O sargento da Polícia Militar Eduardo Carvalho, de 44 anos, foi encontrado morto em Mesquita, na Baixada Fluminense, sexta-feira à noite. Lotado no batalhão da cidade, o 20º BPM (Mesquita), ele estava dentro do porta-malas de um carro abandonado na Rua Josefina, no bairro Santa Elias.

Informações preliminares dão conta de que Carvalho foi assassinado na área da comunidade do Sebinho. A Delegacia de Homicídios da Baixada apura o crime.

NA WEB
APONTE A CÂMERA DO CELULAR PARA LER MAIS SOBRE BRASIL E POLÍTICA

ENFIM, SÓ!

Divórcio vem sendo ressignificado por quem transforma o momento em celebração; comemorações são cada vez mais comuns, movimentam o mercado de festas, e os vídeos viralizam nas redes sociais

'DESCASAMENTO' VIRA MOTIVO PARA FESTEJAR

Fernanda Alves
fernanda.lima@oglobo.com.br

O divórcio, que geralmente é um momento conturbado, de dor e sofrimento, vem sendo ressignificado por pessoas que optam por transformar o acontecimento em motivo de celebração. Só na última semana, dois vídeos de festas de "descasamentos" viralizaram nas redes sociais, prática que tem se tornado cada vez mais comum e que já movimenta uma gama de serviços, que vão da contratação de cerimonialistas e fotógrafos à elaboração de lembrancinhas e brindes.

A festa de separação, realizada em março deste ano, veio como uma libertação para a professora Caroline Gracia Ramos, de 39 anos. Ela, que chegou a fazer duas celebrações de casamento nos 19 anos de relacionamento, demorou dois meses no planejamento do evento que marcou o fim do matrimônio e contou com 100 convidados. Nele, fez um "autobrinde", para simbolizar a retomada do nome de solteira, jogou um buquê de descasamento e rasgou um vestido de noiva, ato que contou com a participação de outras divorciadas.

SEM RETALIAÇÕES
Advogada aconselha a não expor o ex-cônjuge para evitar problemas

— Foram 19 anos de relação, os últimos, bem sofridos, em que era constantemente menosprezada, quado consegui sair da relação. Após descobrir uma traição, fiz questão de comemorar a retomada da minha vida e investi mais na festa de divórcio do que nas de casamento. Contratei até um grupo de pagode — conta ela, que, depois da repercussão , procurou sua advogada com medo de retaliações do ex-marido, mesmo sem ter citado o nome dele durante o evento.

A advogada Rachel Serodio de Menezes explica que não há na legislação nada que impeça esse tipo de festa, mas que é necessário evitar expor o ex-cônjuge.

— Tem que ter responsabilidade com a vida privada e com as garantias de direito obrigacional. Não pode expor outa pessoa a um cenário de vexame — explica.

Dados da última Pesquisa de Estatísticas do Registro Civil, do IBGE, mostraram um aumento de 8,6% no número de divórcios em 2022, se comparado com 2021. Ainda de acordo com o levantamento, disparou também o número de divórcios ocorridos com 10 anos ou menos de matrimônio: de 37,4%, subiu para 47,7%. O estudo revela também que 33% dos divórcios não ocorrem de maneira consensual.

FOTOS DE ARQUIVO PESSOAL

ÀS EX-NOIVAS! Caroline (à esq.) fez autobrinde. Meg (à dir.) organiza festas. Abaixo, o "descasamento" de Mari Marques

Rituais incluem venda de alianças e até queima de vestidos

Um outro vídeo que ganhou destaque no TikTok nos últimos dias foi o da festa de separação da empresária Mari Marques, de 37 anos, de Santa Catarina. O evento foi em maio de 2023, após sete meses de um divórcio litigioso. A festa foi surpresa das amigas, mas ela fez questão de cumprir todo o rito escolhido para o evento, que teve leitura dos "votos de descasamento":

— Eu falava que, quando acabasse a briga na Justiça, queria comemorar. Recebi críticas de que queria aparecer e provocar o ex, mas estava apenas comemorando o fim do meu sofrimento. Foi muito divertido o encerramento de um ciclo.

A "doula de divórcio" Anna Gallafrio, especialista no acompanhamento do processo de separação, recomenda esse tipo de comemoração como uma forma de marcar o início de uma nova fase da vida.

— Há quem venda alianças, queime vestido ou chame amigas para uma noite juntas. Não importa como, mas, sim, marcar esse momento — explica.

A percepção de que mais mulheres do que homens buscam esse tipo de celebração é confirmada pela cerimonialista Tatiana Bandeira, de São Paulo. Ela já organizou mais de dez do tipo — só duas para ex-noivos — e conta que o evento masculino é mais voltado para pegação, e o feminino, para curtição:

— Sempre sugiro um pequeno cerimonial para anunciar a nova fase. Já fiz funeral das alianças e show de ilusionismo em que (a celebrante) aparecia de noiva e reaparecia linda e solteira.

A empresária Meg Sousa, de 42 anos, garante que foi a primeira a fazer um evento de grandes proporções para celebrar sua separação, ainda em 2009. Com a repercussão, fez uma segunda festa, um ano depois, que batizou de "Bodas de Papel Rasgado", e recebeu convites para organizar eventos para outras pessoas.

— Quando me separei, vi que esse tipo de festa fazia sucesso em outros países. Aqui já havia registros de comemorações de divórcios pequenas, como churrasco e barzinho. Mas não uma grande festa.

INTERNACIONAL

AFP

Explosão no céu de Jerusalém: sistema antiaéreo funcionou

Irã lança grande quantidade de drones e mísseis contra Israel

Numa perigosa escalada de tensão no Oriente Médio, o Irã lançou ontem uma grande quantidade de drones e mísseis em direção a Israel. A ofensiva — uma retaliação ao bombardeio contra o consulado iraniano em Damasco, no início de abril , atribuído às forças israelenses — foi condenada pelos Estados Unidos, que, em um comunicado, afirmaram estar prontos para "dar apoio à defesa de Israel contra o Irã". Até o fim da noite não haviam sido divulgadas informações sobre eventuais danos ou vítimas. Com um avançado sistema antiaéreo, Israel interceptou uma série de projéteis, o que causou explosões no céu.

Segundo o jornal israelense "Haaretz", o Irã lançou mais de cem drones. O grupo xiita libanês Hezbollah e os rebeldes houthis do Iêmen também teriam disparado mísseis contra Israel.

O primeiro-ministro israelense, Benjamin Netanyahu, falou ao país:

— Nossos sistemas de defesa se encontram implantados e estamos preparados para qualquer cenário, tanto na defesa quanto no ataque. Israel é forte, o povo é forte. Estabeleci um princípio claro: quem nos ferir, será ferido. Vamos nos defender contra qualquer ameaça, e faremos isso com calma e determinação.

A Guarda Revolucionária Islâmica também divulgou um comunicado: "Lançamos uma operação usando drones e mísseis em resposta ao crime da entidade sionista de alvejar o consulado iraniano na Síria". Além disso, a missão iraniana na ONU fez um alerta: "É um conflito entre o Irã e o criminoso regime israelense, do qual os Estados Unidos devem ficar de fora".

ELES TÊM A FORÇA!

FOTOS DE DOMINGOS PEIXOTO

«Comecei a trabalhar aos 15 anos e nunca mais parei. Fiz um pouco de tudo nessa vida»
José Bernardo da Silva
auxiliar em supermercado

OS SUPERIDOSOS

Estudo tenta desvendar os segredos dos brasileiros com mais de 100 anos de idade

Geraldo Ribeiro
geraldo.ribeiro@extra.inf.br

O que há em comum entre Davino Cordeiro Leodoro e Deolira Glicéria Pedro da Silva, moradores do Norte Fluminense, e os mineiros Laura de Oliveira e José Bernardo da Silva? Todos já passaram dos 100 anos e estão saudáveis e ativos. Alguns praticam esportes e há quem ainda trabalhe. Eles também fazem parte de um grupo de mais de 40 centenários de várias partes do Brasil que doaram material genético para uma pesquisa sobre longevidade saudável do Centro de Estudos do Genoma Humano e Células-tronco da Universidade de São Paulo (USP). Os pesquisadores querem saber qual o segredo para viver tanto tempo e bem.

— O propósito da pesquisa é estudar a população centenária que está muito bem do ponto de vista físico e cognitivo. A gente brinca que eles são os centenários notáveis — diz o biólogo e pesquisador Mateus Vidigal, que integra o grupo coordenado por Mayana Zatz.

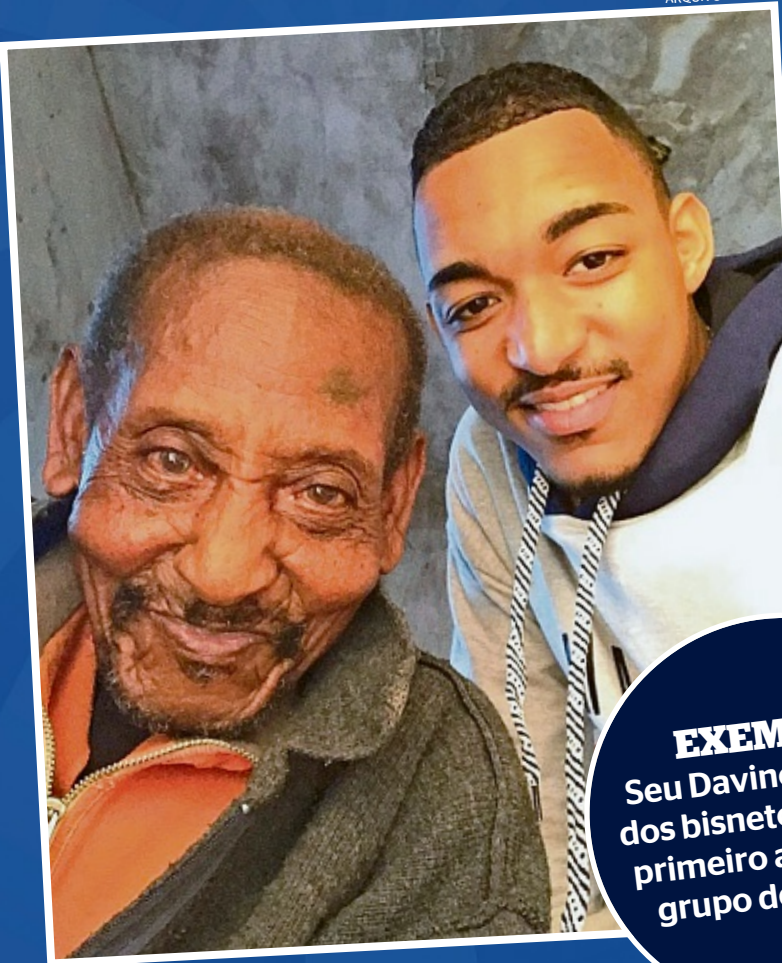
Rio de Janeiro, São Paulo e Minas Gerais são os estados que concentram os maiores grupos de pesquisados. Pelo menos seis voluntários são do Rio. O estudo começou na pandemia, com apenas três idosos. Os pesquisadores queriam saber, inicialmente, se algum mecanismo genético ou imunológico estava criando defesa no organismo desses centenários contra a Covid-19.

Morador de Campos dos Goytacazes, Davino Cordeiro Leodoro, de 113 anos, é o que está no grupo de estudos da USP há mais tempo. Seu caso começou a ser pesquisado quando, em 2020 e aos 110 anos, contraiu Covid-19 e ficou internado por 18 dias numa enfermaria.

— Meu avô acorda cedo todos os dias, toma café e almoça por volta das 11h30. Gosta de ficar na varanda observando o movimento da rua. Ele ainda é lúcido e, se deixar, quer sair sozinho. — conta Luciana Cordeiro, neta de Davino.

A saúde de ferro é também uma das características de Deolira Glicéria Pedro da Silva, moradora de Itaperuna, que completou 119 anos no último dia 10. Leida Ferreira da Silva, de 63, afirma que a avó só foi ao hospital duas vezes na vida — sem gravidade — e nunca fez uma cirurgia. A centenária cedeu material biológico para a pesquisa em 2022. Ela pode ainda ser a mulher mais idosa do mundo, já que o posto é ocupado oficialmente pela espanhola María Branyas Morera, que está no "Guiness Book", o "Livro dos Recordes", mas é três anos mais nova que a brasileira.

— Já consegui a cópia da certidão de nascimento dela e agora estou atrás da de batismo, que enviaremos para o "Livro dos Recordes". Ela tinha todos os documentos, mas os perdeu numa enchente — diz Juair de Abreu Pereira, médico de Deolira.

ARQUIVO PESSOAL

EXEMPLO
Seu Davino com um dos bisnetos: ele foi o primeiro a entrar no grupo de estudos

ARQUIVO PESSOAL

CELEBRAÇÃO
Os 105 anos de Dona Laura, comemorados com os 80 da filha Dilma

Aos 105, Seu José virou estrela de supermercado

Outra centenária da pesquisa que esbanja saúde é Laura de Oliveira, que completou 105 anos no último dia 2. Ela mora sozinha em Belo Horizonte, faz a própria comida e cuida da casa. Adora tomar uma pinga — mas é só uma dose na hora do almoço, ressalta — e não come sem pimenta. O segredo da longevidade, acredita a mineira, está no DNA.

— Minha mãe morreu com quase 100 anos. Tenho duas irmãs na mesma faixa de idade, uma de 101 e outra mais novinha, que completou 99 em janeiro. Mas, pelos meus cálculos, elas têm mais. Acho que tem algum erro na certidão de nascimento — alfineta, brincalhona.

NOVE DÉCADAS EM ATIVIDADE

Aos 105 anos, José Bernardo da Silva dá expediente de segunda a sexta-feira num supermercado de Pouso Alegre, no Sul de Minas. O idoso cumpre uma rotina diária de seis horas de trabalho e já virou uma atração. Tem gente que vai ao estabelecimento só para conhecê-lo.

Uma de suas atribuições é recolher os carrinhos que os clientes abandonam vazios no estacionamento. Ele não para nem nos fins de semana, quando se dedica a cuidar da horta do abrigo onde vive longe dos familiares, que residem numa cidade vizinha.

— Comecei a trabalhar aos 15 anos e nunca mais parei. Fiz um pouco de tudo nessa vida: trabalhei na enxada, com carro de boi e já varri ruas — enumerou.

Como em todo estudo científico, os pesquisadores ainda não sabem quando terão as respostas para sua indagação. As análises não são individuais. Eles dizem que um caso sozinho não explica a longevidade e, para ter força de estatística, levam em conta o conjunto do material coletado.

— É preciso juntar dados de várias pessoas e compará-los, num segundo momento da pesquisa. Por isso um estudo científico demora. Estamos na fase de coleta de amostras e informações sobre estado de saúde dessas pessoas e como elas vivem — explica o biólogo Mateus Vidigal.

Page Not Found

FERNANDO MOREIRA fernando.moreira@oglobo.com.br

NA WEB
APONTE A CÂMERA DO CELULAR PARA LER MAIS NOTÍCIAS

Em busca de um 'amor perpétuo'

Um assassino que já esteve no corredor da morte nos Estados Unidos em duas ocasiões, antes de suas execuções serem anuladas, agora está em busca de uma companheira. O perfil de Gary Black informa que o americano tem 73 anos, admite ser racista, já foi membro da Ku Klux Klan (organização criminosa racista), atuou como fuzileiro naval no Vietnã, ganhava a vida como cafetão e se define como "um caipira".

Gary se inscreveu num site de correspondência criado para que "detentos encontrem o amor". O criminoso foi preso pela primeira vez nos anos 1970, quando atacou uma mulher e quase a matou. Foi condenado a 25 anos de detenção, mas 12 anos depois foi para a condicional. Em 1998, Gary esfaqueou Jason Johnson, que era negro e tinha 28 anos, após acusá-lo de assediar uma mulher numa loja de conveniência. Atingida no pescoço num sinal de trânsito, a vítima morreu três dias depois. Pelo crime, Gary foi condenado à morte.

Agora, ele quer convencer alguma mulher a aceitá-lo como marido. E ter um filho com ele.

REPRODUÇÃO

Gary foi condenado por assassinar um homem negro

FREEPIK

A Universidade de Bristol concluiu que seu curso realmente ensina a felicidade

Curso para aprender a ser feliz

Em 2018, a Universidade de Bristol (Inglaterra) começou a oferecer um curso insólito: Ciência da Felicidade. Ser feliz pode ser aprendido na escola? Esta questão foi o pontapé inicial do programa. Agora, depois de acompanhar os alunos, a direção do curso tem a resposta: sim!

O curso não é uma atividade típica de universidade. Não há trabalho ou provas. Em vez disso, concentra-se em ensinar aos alunos o que os mais recentes estudos revisados por pares em psicologia e neurociência sugerem que realmente deixa as pessoas felizes.

Com as aulas, os professores já tinham percebido que apresentar os estudos científicos centrados na felicidade resulta numa melhoria notável no bem-estar. Mas aqui está o X da questão. Os benefícios, neste caso, têm curta duração. O acompanhamento dos matriculados notou que os efeitos são mais duradouros em quem pratica "atividades extracurriculares".

Por isso, é preciso que os alunos mantenham a longo prazo os hábitos, baseados em evidências científicas, ensinados durante o curso: gratidão, exercício, meditação e outros.

"É como ir à academia. Não podemos esperar fazer uma aula e ficar em forma para sempre. Tal como acontece com a saúde física, temos de trabalhar continuamente na nossa saúde mental, caso contrário as melhorias serão temporárias", disse o professor e autor do estudo, Bruce Hood.

Os alunos relataram melhoria de 10% a 15% no bem-estar. No entanto, apenas aqueles que continuaram a implementar o que aprenderam durante o curso relataram uma melhoria sustentada no bem-estar ao serem novamente entrevistados dois anos após concluírem a participação.

Ganhe Mais

NA WEB
APONTE A CÂMERA DO CELULAR PARA LER MAIS NOTÍCIAS SOBRE ECONOMIA

NA PALMA DA MÃO

Aplicativos ajudam consumidor a poupar

Plataformas oferecem de cupons de desconto a 'cashbacks' aos clientes

Caroline Nunes
caroline.nunes@oglobo.com.br

Em um mundo onde cada centavo faz diferença, ter um desconto na palma da mão pode ser um bom negócio para o consumidor. De olho nisso, não faltam aplicativos que fazem uma ponte entre o lojista ou prestador de serviço e o público, garantindo uma boa economia. De cupons de desconto e cashback até programas de fidelidade, são várias as opções para atrair o cliente.

Levantamento da Nielsen disponibilizado para a empresa de benefícios Pluxee identificou que 22% dos brasileiros usam aplicativos para encontrar ofertas, e 20% aproveitam programas de fidelidade. Já 35% preferem comprar com mais frequência em lojas de desconto, diz a pesquisa.

Para Antônio Aguiar, diretor de estabelecimentos da Pluxee, os números indicam que há um padrão de consumo racional e uma maior busca pela comparação de preços. Isso é resultado de gastos maiores com contas básicas.

— Com o orçamento comprometido com custos fixos, as famílias precisam ajustar seus gastos com as demais despesas. Isso reflete na busca do consumidor por vantagens e descontos na hora das compras. É o famoso "jogo de cintura", tão presente na vida do brasileiro — explica Aguiar.

CAÇA A PROMOÇÕES

Pesquisa mostra que 22% dos brasileiros usam aplicativos para encontrar ofertas

Se, de um lado, consumidores são beneficiados, do outro, as empresas não ficam para trás. De acordo com o consultor e mentor de varejo da Azo Negócios, Marco Quintarelli, as vantagens são uma estratégia para retenção de clientes, além de identificar o perfil de consumo de cada indivíduo. No fim, todos saem ganhando.

— A plataforma ganha um percentual em cima desse contato, e o prestador de serviço (ou a empresa) ganha um cliente novo e uma perspectiva de quem pode realmente se interessar ou não por aquele produto ou serviço — avalia Quintarelli.

O especialista acrescenta que as plataformas também são um meio de ampliar o alcance da marca e dos serviços que são oferecidos. No entanto, o consultor aponta que há alguns formatos, como os cupons de desconto, que estão na fase inicial no Brasil e que ainda devem se difundir até fazer parte da rotina de compras do consumidor brasileiro.

OS APPS DA ECONOMIA

Ame
Plataforma promete devolver parte do dinheiro ao utilizá-la para realizar pagamentos em lojas parceiras. Disponível para dispositivos IOS e Android.

Tiendeo
Com a ferramenta, é possível acessar os folhetos de promoções das principais redes de supermercados, lojas de departamento, eletrônicos, farmácias e diversos outros estabelecimentos. Disponível para dispositivos IOS e Android.

Food to Save
Através do aplicativo, usuários podem comprar "Sacolas Surpresa" com até 70% de desconto. Elas são compostas por produtos para consumo imediato ou por alimentos que estão fora do "padrão estético". Disponível para dispositivos IOS e Android.

Méliuz
Aplicativo oferece desde cupons de desconto e "cashback" em compras até a devolução de parte do dinheiro na hora de realizar a recarga do celular. Disponível para dispositivos IOS e Android.

Oktoplus
Com o app, o usuário controla em tempo real seus programas de fidelidade e emite passagens aéreas usando seus pontos. Entre as promessas da plataforma estão a troca de produtos por produtos e um alerta de pontos prestes a vencer. Disponível para dispositivos IOS e Android.

Mobo
Aplicativo oferece descontos para diversos restaurantes, porém o usuário deve verificar se está disponível para estabelecimentos em sua localidade. Disponível para dispositivos iOS e Android.

Pechinchou
Rede social de promoções onde a comunidade compartilha descontos e cupons disponíveis na internet. A plataforma reúne ofertas das principais varejistas brasileiras. Disponível para dispositivos IOS e Android.

Promobit
Rede social reúne ofertas das maiores marcas brasileiras, além de oferecer cupons de desconto. Uma das funcionalidades é a criação de uma lista de desejos para que a plataforma sinalize promoções do produto. Disponível para dispositivos IOS e Android.

Cuponomia
Plataforma oferece "cashback" e cupons de desconto exclusivos para economizar em mais de 2 milhões de lojas parceiras. Disponível para dispositivos IOS e Android.

Zoom
Consumidor pode comparar preços em diferentes lojas e ver o histórico de valores de um produto. Além disso, há a funcionalidade "Alerta de preço", onde o cliente escolhe quanto quer pagar por um produto e o app avisa quando o valor diminuir. Disponível para dispositivos IOS e Android.

INFOGRAFIA

Empresas precisam se adaptar

As plataformas funcionam como vitrines para varejistas e empresas de serviço. Isso porque, além de fidelizar o clientes, apresentam novas opções de marcas. Diante disso, especialistas indicam que cada vez mais os consumidores vão buscar benefícios, e as lojas que não aderirem a programas de vantagens podem ficar para trás.

— Esses canais são os contatos do consumidor com a loja, varejista ou prestador de serviço. Se você não tiver esse canal, a perspectiva de que você tenha o mesmo volume de vendas diminui. Porque o consumidor quer cada vez mais praticidade, conectividade. Ele quer receber essas informações o tempo todo, a cada hora, mesmo que não as utilize — afirma Quintarelli.

CANAL

Os apps ajudam a fidelizar os clientes, que buscam novidades

Para Aguiar, a construção da reputação no mercado é um ponto valioso no relacionamento com os clientes. No entanto, ainda não são todos os estabelecimentos que se atentam para essa questão.

— Quando a empresa promete uma vantagem e entrega tudo isso com muita qualidade, os clientes entendem que vale a pena pagar por determinado produto, mesmo que ele esteja sendo cobrado no preço normal, sem promoções — diz Aguiar.

Cuidado para não estourar o orçamento

Cupons de desconto, programas de fidelidade e vantagens na hora das compras são ferramentas que, quando bem utilizadas, beneficiam o consumidor. No entanto, para aquelas pessoas que não têm controle das suas finanças, esses instrumentos podem ser armadilhas, explica Reinaldo Domingos, PhD em Educação Financeira:

— Uma pessoa desorganizada financeiramente corre um grande risco, porque pode adquirir algo por impulso, que muitas vezes não necessita ou que não tem condições de arcar com esse custo, o que pode levar ao endividamento descontrolado e à inadimplência.

O especialista acrescenta que, para aproveitar as ofertas sem riscos de se enrolar em dívidas, é importante ter em mente o orçamento não apenas individual, mas de toda a família, já que as promoções fazem com que os consumidores muitas vezes pensem que precisam de algo que não é uma necessidade ou prioridade no momento. Ele ressalta ainda que é preciso verificar a confiabilidade da oferta para evitar golpes.

CONCORRÊNCIA FORTE

Concurso em Maricá tem mais de 100 mil inscritos

Seleção com salário atrativo movimenta rede hoteleira e atrai gente até de fora do Rio

Gustavo Silva
gustavo.silva@oglobo.com.br

Desde que a Prefeitura de Maricá anunciou a abertura de um novo concurso público destinado a preencher 326 vagas para professores, uma enxurrada de pessoas se mostrou interessada. Seja nas buscas na internet, que aumentaram em 100% desde março, ou mesmo na alta demanda por inscrições, todos sonham com a oportunidade de trabalhar no município. A cidade, que tem 223 mil habitantes, segundo o último censo do IBGE, já registrou mais de 100 mil inscrições. O acesso ao site da Universidade Federal Fluminense (UFF), responsável pelo certame, foi tão alto que chegou a derrubar a página, há duas semanas.

Segundo a Secretaria Municipal de Turismo, a taxa de ocupação da rede hoteleira nos dias próximos às provas apresentou aumento de 18%, e são constantes os e-mails e mensagens em redes sociais em busca de informações sobre hospedagem na cidade, para a realização dos testes.

Segundo os candidatos ouvidos pelo EXTRA, o salário, que pode chegar a R$ 9.552,38, é um dos principais atrativos, além da jornada de 30 horas semanais. O valor corresponde a 282,39% do piso nacional do magistério para início de carreira.

Embora o vencimento inicial atraia, é a solidez da carreira do professor municipal que estimula a vontade deles de continuarem na rede, aponta o Secretario de Educação de Maricá, Márcio Jardim:

— Como a cidade tem progressão de carreira, um professor que se dedicar ao ensino em Maricá pode chegar a se aposentar com R$ 35 mil, após 50 anos de carreira.

Outro aspecto destacado por Márcio Jardim é a estrutura nova das escolas e o suporte dado aos docentes. A proporção de alunos para cada professor é de aproximadamente 11, "o que contribui para menos sobrecarga ao profissional":

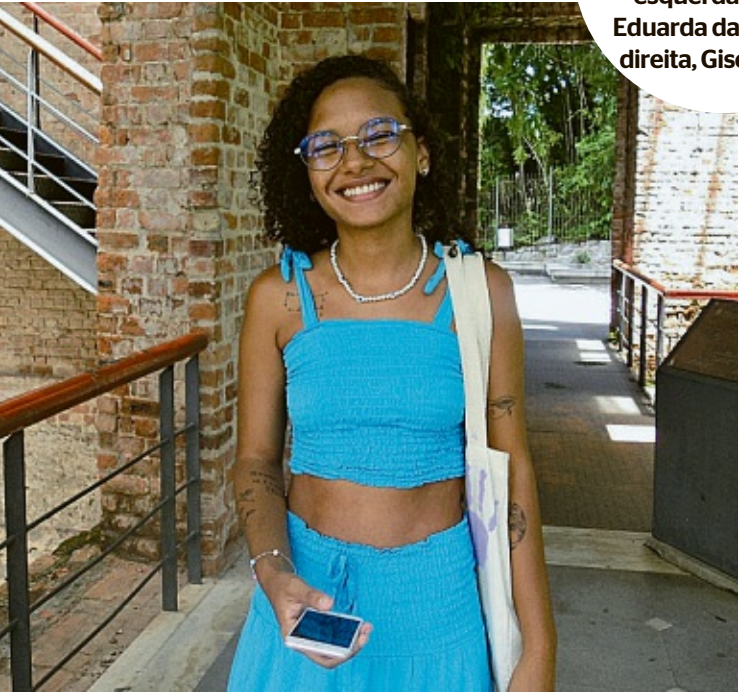
— Também temos uma média de 36 professores por escola, para que não haja defasagem na rede.

Com a alta demanda, o secretário afirma que a cidade terá que realizar um feito inédito: recorrer a municípios vizinhos, como Niterói e São Gonçalo, para a realização do concurso.

VALORIZADO

Salário de professor na cidade pode chegar a R$ 9,5 mil, 282% acima do piso nacional

ANSELMO MOURÃO/DIVULGAÇÃO

PREPARA! Sala de aula em Maricá. Abaixo, à esquerda, Maria Eduarda da Costa. À direita, Giselle Fuly

Boa fama do município também atrai

A mineira Júlia Dias, de 30 anos, conta que ficou sabendo da abertura de vagas em Maricá por um grupo do WhatsApp. Além disso, uma maricaense a ajudou a moldar uma boa visão do local.

— Uma amiga minha mora na cidade e sempre falou bem. Ela me mostra lugares lindos e elogia a qualidade de vida. Então, a cidade também me atrai — conta.

Mesmo sem um plano certo de como chegará a Maricá, Júlia revela que já reservou um quarto para ter tranquilidade antes e depois da prova.

Maria Eduarda da Costa, de 21 anos, já tinha planos de se mudar para Maricá por saber que, além de uma boa estrutura, o município tem transporte público gratuito. Para arcar com os custos da faculdade de Pedagogia, a jovem trabalha como babá. Além disso, fez uma rifa para arrecadar o valor da inscrição no concurso.

— O concurso me chamou a atenção pela oportunidade de trabalhar na área em que estou me formando — afirma.

A professora concursada de Maricá Giselle Fuly aponta que a estrutura em sala de aula mudou muito desde quando entrou, em 2002:

— Eu tinha que levar material de casa para usar. Também não sabíamos a data do pagamento, era sofrimento todo mês. Hoje, a cidade está linda.

SAIBA COMO SE INSCREVER E SE PREPARAR PARA A PROVA

ATÉ QUANDO
As inscrições acabam amanhã ao meio-dia, no link https://abrir.link/ToNCW.

TAXAS
Para os cargos de nível superior, a inscrição custa R$ 140; Já para os de nível médio, o candidato deve desembolsar R$ 100.

COMO SERÃO AS PROVAS
Os testes serão compostos por 50 questões, sendo dez de Língua Portuguesa, dez de Fundamentos da Educação e 30 de conhecimentos específicos.

O QUE COSTUMA CAIR
Carla Abreu, professora do Estratégia Concursos, elucida que os conhecimentos específicos da Educação costumam envolver desde as bases legais da Diretrizes até questões de planejamento e avaliação. Segundo ela, a banca dá bastante peso a esses conteúdos.

DICA PARA PASSAR
É muito comum que, na reta final, candidatos foquem na teoria e não treinem questões de provas anteriores da banca organizadora. Essa é a principal dica para quem começa a se preparar de última hora. "Fazer questões à exaustão é fundamental", destaca Marco Brito, diretor pedagógico do Degrau Cultural.

GUSTAVO SILVA
gustavo.silva@oglobo.com.br

Servidor

Técnicos serão prioridade no reajuste de 2024

Não é de hoje que um cenário de tensão só cresce nas negociações entre governo federal e entidades representativas. Na semana passada, então, as coisas pioraram. Na reunião que tratou de possível reajuste ainda em 2024, a União sinalizou que a proposta de 4,5% em 2025 e 4,5% em 2026 está mantida. E mais: tratativas de correção nos vencimentos passarão a ser discutidas especificamente com cada categoria. Nos bastidores, a ação representa a preocupação dos gestores com as greves dos técnicos administrativos nas faculdades e institutos federais. Já é certa a ideia de que eles serão prioridade para receberem aumento ainda este ano. Segundo fontes do Ministério da Gestão e Inovação em Serviços Públicos (MGI), uma proposta formal será entregue à categoria até o início de maio.

A saída daria alívio financeiro, em comparação a um reajuste geral a todos os 200 mil servidores ativos, bem como retiraria de pauta a principal reivindicação desses funcionários da educação. O MGI também não tirou da mesa o aumento de 51% nos benefícios, que só atingiria funcionários ativos.

BRENNO CARVALHO/08.03.2024

Esplanada dos Ministérios: acordo parado

Corrida contra o tempo dificulta 'barganhas'

Segundo os grandes fóruns de servidores federais, a proposta representa regresso, já que um possível reajuste linear fica de escanteio. Além disso, o aumento nos benefícios deixaria de fora a grande massa dos aposentados e pensionistas, já que eles não recebem auxílios e vales. A maior crítica dos servidores incide no argumento da União de que faltam recursos para uma correção geral. Outro ponto polêmico foi a indicação do MGI de que, caso qualquer categoria entrasse em greve, as negociações seriam encerradas. Quando essa cláusula foi exposta no encontro com os sindicatos, houve gritaria e pedido de que o encontro fosse cancelado.

O burburinho foi tanto que, horas depois, o MGI largou a exigência de mão. Agora, os representantes sindicais têm até amanhã para darem o aceite ou a recusa à proposta.

BRENNO CARVALHO / 28.02.2024

Esther Dweck afirma que busca alternativas

Ministra elucida cálculo de proposta entregue a classes

Em nota, a ministra do MGI, Esther Dweck, lembrou que o governo chegou a propor novos reajustes para os dois próximos anos, que, somados aos 9% já concedidos em 2023, representariam recomposição salarial de 19%. O valor ficaria acima da inflação projetada para o período: "A oferta dos dois reajustes de 4,5% para os próximos anos foi rejeitada pelos servidores e, diante disso, o governo buscou alternativas para promover o aumento dos rendimentos dos funcionários públicos".

NA WEB
APONTE A CÂMERA DO CELULAR PARA LER MAIS SOBRE O SERVIÇO PÚBLICO

NA WEB
APONTE A CÂMERA DO CELULAR PARA LER MAIS NOTÍCIAS SOBRE SAÚDE

BOMBANDO NAS REDES

De saborizante com gosto de algodão-doce a glitter comestível, bebida com esses ingredientes faz sucesso no TikTok, apesar de não ser recomendada por especialistas e de poder causar dependência

ÁGUA COM SABOR VIRA MANIA, MAS TEM RISCOS

Rafaela Gama*
saude@oglobo.com.br

Chega de alarmes de hora em hora, notificações de aplicativos com alertas sobre a sua hidratação e post-its espalhados pela casa com lembretes da necessidade de beber água constantemente. Criadores de conteúdo do TikTok nos Estados Unidos começaram uma "trend" prometendo tornar a experiência de beber água mais agradável e saborosa.

Por meio da hashtag "Water of The Day" (Água do Dia, traduzido do inglês), eles compartilham "receitas" de água saborizada por produtos artificiais, que dariam ao líquido um sabor mais palatável e uma aparência mais chamativa. Especialistas, no entanto, alertam sobre os riscos dessa prática.

Os mais de 9 mil vídeos postados usando essa hashtag seguem a seguinte fórmula: os criadores colocam uma grande quantidade de água em um copo com bastante gelo e adicionam xarope e pó flavorizante artificiais, com sabores que vão desde morango e maçã até caramelo salgado, algodão-doce e "sonhos de unicórnios". Eles ainda adicionam glitter comestível e outros confeitos para incrementar o visual da bebida.

EXCESSO DE AÇÚCAR

Para quebrar a resistência inicial de alguns pacientes que relatam sentir enjoos e incômodos ao consumir água, a nutricionista clínica Gabriela Ghedini sugere a ingestão de chás e opções de água saborizada com ingredientes naturais, como rodelas de laranja, limão, folhas de hortelã e pedaços de gengibre. Mas, é necessário evitar bebidas ricas em açúcar, como refrigerantes e sucos processados.

— Essas bebidas não trazem nenhum benefício para a saúde, porque a gente sabe que o açúcar em excesso pode ser um ingrediente altamente prejudicial. A insulina, que é responsável por carregar o açúcar pelo nosso sangue, funciona a partir de estímulos. Se o paciente beber constantemente uma bebida com muito açúcar, ele terá uma insulina superestimulada o dia todo e a pessoa que tem essa prática vai ficar cada vez mais dependente dessa substância — alerta a nutricionista.

FREEPIK

As águas saborizadas que viralizaram em vídeos no TikTok têm produtos artificiais com muito açúcar

Substância artificial é encontrada em diferentes produtos

Os produtos flavorizantes usados por criadores do WaterTok, no TikTok, de fato, não têm açúcar descrito em suas tabelas nutricionais. Então, permanece a pergunta: de onde vem o sabor atraente dos pós e xaropes adicionados na água?

Após uma análise dos ingredientes, é possível observar a prevalência de dois componentes artificiais: o aspartame e a maltodextrina, responsáveis por conferir o gosto adocicado à água.

O aspartame é um adoçante sintético. O seu valor energético é semelhante ao do açúcar (4 kcal/g), mas o seu poder adoçante é 200 vezes superior, o que significa que é necessária uma quantidade muito menor para obter um sabor comparável.

A substância é encontrada em milhares de bebidas, sobremesas, laticínios e produtos hipocalóricos, como os flavorizantes usados no WaterTok, sob o rótulo de produtos "diet" ou "0%", explica Tarcila Ferraz de Campos, nutricionista da Sociedade Brasileira de Diabetes:

— O aspartame não adiciona calorias e carboidratos na composição do alimento ou da bebida, o que pode favorecer a sua classificação como "light", mas não deixa de ser uma molécula artificial e, portanto, não essencial. Por isso, não falamos sobre os benefícios de consumir aspartame: ele deve funcionar como estratégia nutricional de substituição para pacientes que têm dificuldade de controlar a quantidade de calorias e carboidratos que consome.

Já a maltodextrina é um carboidrato de alto índice glicêmico, ou seja, tem absorção rápida e leva a um pico de açúcar na corrente sanguínea. Consumida em excesso, pode gerar um aumento da produção de insulina, causada pelos picos de açúcar após sua ingestão. Por isso não deve ser recomendada para diabéticos e pessoas que desejam perder peso, uma vez que também apresenta valor calórico, adverte Tarcila.

*ESTAGIÁRIA SOB A SUPERVISÃO DE **Constança Tatsch**

REFLEXÕES

PADRE MARCELO ROSSI
Padre Marcelo Rossi é pároco do Santuário do Terço Bizantino
D. Fernando Figueiredo é bispo de Santo Amaro
Mais informações www.padremarcelo.com.br

Quero, de joelhos, ver os filhos de pé

Amados, um abençoado e iluminado domingo a todos vocês! Estamos levando ao colo de Jesus e de Maria todos os nossos filhos. O mundo de hoje, que tem muita informação porém pouca formação, apenas gera mais confusão e tem levado nossos filhos a se sentirem totalmente desorientados, perdidos, sem perspectiva de futuro ou mesmo sem vontade de alcançar objetivos.

A exposição excessiva faz com que valores importantes na vida de um ser humano, como a honestidade, a força de vontade, a caridade e a empatia, sejam substituídos por vontades de ostentação, valorização exacerbada dos bens materiais, do dinheiro e de coisas que passam.

Lembrem-se que se olharmos para nossas histórias de vida vemos nossas maiores vitórias alcançadas em silêncio, sem ter uma multidão nos aplaudindo, mas sempre com Deus nos honrando. Desta forma sempre reforço que quando mães e pais se ajoelham, Deus coloca seus filhos de pé.

Por isso tanto admiro e ressalto o poder da oração de uma mãe e de um pai pelos seus filhos. Por isso, diariamente, estou orando com vocês, no meu programa "No colo de Jesus e de Maria", o terço pelos filhos. Em que afirmamos que abrimos nossos corações e deixamos o Espírito Santo entrar, pedindo que Ele mude toda nossa situação. E dizemos do fundo das nossas almas que queremos, de joelhos, ver nossos filhos de pé, enquanto Deus nos sustenta e aumenta a nossa fé!

Vamos seguir nesta batalha, plantando a semente do amor de Deus no coração dos nossos filhos e no tempo de Deus, no Kairós. Tudo será mudado pela força da nossa oração. Lembrem-se disso e tenham uma ótima e abençoada semana!

Sexo e afins

REGINA RACCO

NA WEB
APONTE A CÂMERA DO CELULAR PARA LER MAIS NOTÍCIAS SOBRE SEXO

Coreorgasmo: o que é e como ele pode ser benéfico

FREEPIK

Hoje vamos mergulhar em um assunto intrigante e fascinante: o coreorgasmo. Você já ouviu falar sobre esse fenômeno? Trata-se de um tipo de orgasmo espontâneo, que ocorre sem necessariamente envolver pensamentos ou estímulos eróticos. Algumas pessoas sentem um prazer tão intenso enquanto fazem exercícios físicos que acabam, literalmente, chegando ao orgasmo. É uma experiência única e poderosa, resultado da combinação perfeita entre o fortalecimento dos músculos do assoalho pélvico e a liberação de endorfinas durante a prática de atividades específicas, como as da ginástica íntima.

CORPO MAIS ESTÁVEL

Entender o papel do core no corpo é fundamental para compreender a relação entre os exercícios físicos e o prazer sexual. Abdominais são a fonte mais comum deste prazer — embora algumas mulheres já tenham descrito uma sensação semelhante ao levantar pesos, fazer ioga, pedalar ou correr. O core, formado pelos músculos abdominais, lombares e pélvicos, desempenha um papel crucial na estabilização e no suporte do corpo durante a atividade física. Ter um core forte não apenas melhora o desempenho atlético e reduz o risco de lesões, mas também pode ter impactos surpreendentes na vida sexual.

MUITOS BENEFÍCIOS

Exercícios focados no fortalecimento do core ajudam a fortalecer esses músculos, melhorando a postura, reduzindo o risco de lesões e aumentando a eficiência dos movimentos. Quando combinados com a atenção especial à pelve, como ocorre nos exercícios da ginástica íntima, esses exercícios podem levar a sensações intensas e prazerosas, incluindo o tão falado coreorgasmo.

Além do prazer intenso proporcionado pelo coreorgasmo, fortalecer a região do assoalho pélvico traz uma série de benefícios adicionais como melhora da saúde íntima, proteção contra incontinência urinária e fecal, contra infecções e muito mais. Esses exercícios podem melhorar a saúde sexual, aumentar a sensibilidade e até mesmo contribuir para o aumento do próprio prazer e da satisfação pessoal.

GINÁSTICA ÍNTIMA

A ginástica íntima, também conhecida como exercícios para fortalecer a musculatura do assoalho pélvico, desempenha um papel fundamental na potencialização do coreorgasmo. Ao direcionar a atenção para a região pélvica durante os exercícios, é possível intensificar as sensações e o prazer físico. Para muitas pessoas, essa prática não se resume apenas a uma busca por orgasmos mais intensos, mas também a uma jornada de autoconhecimento e conexão com o próprio corpo.

Ao incorporar exercícios de fortalecimento do core e da musculatura pélvica à sua rotina, você não apenas fortalece seu corpo, mas também amplia suas experiências de prazer e satisfação pessoal. Então, que tal começar hoje mesmo a explorar todo o potencial do seu corpo e descobrir novas formas de prazer e bem-estar? O orgasmo é apenas o começo de uma jornada emocionante em direção a uma vida mais plena e satisfatória!

NA PRÁTICA

EXERCÍCIOS PARA FORTALECER O CORE

Pranchas, abdominais, exercícios de estabilização e outros movimentos focados no core são excelentes opções para fortalecer esses músculos. Incorporar esses exercícios à sua rotina pode trazer benefícios significativos para a sua saúde física e bem-estar geral. Pouco falada, a dança é um ótimo exercício de fortalecimento, com destaque para a dança do ventre.

TREINOS PERSONALIZADOS

Para obter os melhores resultados, é importante criar uma rotina de treino personalizada que leve em consideração suas necessidades e objetivos individuais. Consultar um profissional de saúde ou um especialista em exercícios pode ajudá-lo a desenvolver um plano adaptado às suas necessidades.

PERSISTÊNCIA E CONSISTÊNCIA

Assim como qualquer outra forma de exercício, a chave para o sucesso é a persistência e a consistência. Reserve um tempo regularmente para se dedicar aos seus exercícios de fortalecimento do core e da musculatura pélvica, e você colherá os benefícios ao longo do tempo.

PARA FAZER EM CASA

A boa notícia é que você pode realizar muitos desses exercícios no conforto da sua própria casa, sem a necessidade de equipamentos sofisticados ou supervisão profissional. Desde simples pranchas até movimentos específicos de ginástica íntima, há uma variedade de opções acessíveis e eficazes.

ENTREVISTADO:

VINICIUS BAIÃO
Dramaturgo, vencedor do Prêmio Shell e dedicado ao teatro na Baixada Fluminense

JOÃO ARRUDA
jarruda@expresso.inf.br

‘Não consigo pensar na minha vida sem o teatro’

Vinicius fala de seu trabalho na Baixada Fluminense e do importante prêmio que ganhou

A Baixada Fluminense vive um momento especial não apenas no futebol, com a ótima fase do Nova Iguaçu, que acaba de ser vice-campeão carioca. No mês passado, o Prêmio Shell, uma espécie de Oscar do teatro brasileiro, foi para São João de Meriti com Vinicius Baião, do Instituto Cultural Cerne, faturando uma das principais categorias: dramaturgia, com a peça “Três irmãos”. Sua experiência começou na adolescência, num grupo escolar, sem nunca antes ter tido a oportunidade de estar num teatro. Hoje, aos 39 anos, além da recente conquista pessoal, Baião celebra a realização de um outro sonho: a Escola Popular de Teatro da Baixada, fundada por ele e sua turma no ano passado e que já conta com mais de 120 alunos, muitos inclusive com ajuda de custo. O papo é retíssimo.

Conte como começou a sua história no teatro.
Comecei a fazer teatro na escola aos 15 anos por causa de um professor de Literatura que também era dramaturgo. Um dia, na aula, ele disse que criaria um grupo de teatro com os alunos para montarmos uma peça infantil que ele tinha escrito. Fiz o teste e passei. Lembro do nome da peça até hoje: “Quem viu e quem sumiu com o meu Tio Piu?”. O curioso é que até esse momento eu nunca tinha ido a um teatro. São João, até hoje, não tem nenhum teatro público e, com isso, eu acabava sem ter acesso a peças e programações culturais. Com esse grupo da escola, fizemos três peças durante meu tempo de ensino médio.

A Igreja também teve papel importante na sua formação?
Muito. Em lugares onde não há centros culturais, como a maior parte das periferias, a iniciação em artes se dá em escolas, ONGs ou igrejas. Foi no grupo jovem de uma paróquia que escrevi meus primeiros textos para o teatro. Geralmente, eram três por ano: uma Paixão de Cristo, um auto de Natal e uma peça sobre Maria. Ali, insconscientemente, fui treinando como contar a mesma história a partir de diferentes maneiras e como atualizar enredos para o mundo atual denunciando os problemas sociais contemporâneos.

E o que o teatro representa, hoje, em sua vida?
Atualmente, não consigo pensar na minha vida sem o teatro. Tudo gira em torno dele. É muito mais que um simples ofício. Foi num festival de teatro que conheci minha esposa, por exemplo. As pessoas mais próximas a mim, atualmente, foi o teatro que me deu. E é através dele que eu consigo me comunicar com o mundo, que eu consigo dizer aquilo que penso, que consigo defender as pautas em que acredito. Comecei como ator, mas, desde sempre, eu sabia que não era o palco que me atraía, mas sim a possibilidade de contar histórias e — por que não? — mudar o mundo através delas.

DIVULGAÇÃO

> «Comecei como ator, mas eu sabia que não era o palco que me atraía»

E qual o signicado deste prêmio para você e para a Baixada Fluminense?
Eu conversava dias atrás com o Beto Gaspari, um diretor musical com mais de 30 anos de atuação na Baixada, e lembrei que anos atrás ele me falou que era impossível os grupos da região figurarem nas principais premiações do teatro. E não pela falta de qualidade dos trabalhos desenvolvidos aqui, mas porque os olhos não se voltavam para cá. Ano passado, o Cachalote Matos, cenógrafo em nosso espetáculo sobre João Cândido, foi perguntado por uma crítica: “Onde você estava esse tempo todo?”. A resposta dele foi precisa: “No mesmo lugar, mas pra onde você estava olhando esse tempo todo?”.

Sensacional. Diz muito sobre a realidade. Mas o vento está virando, né?
Sim. Acho que já não é mais possível pensar o teatro do Rio de Janeiro ignorando o que é produzido nas periferias. Ano passado, a Renata Tavares, junto a um grupo da Maré, ganhou o Prêmio Shell de direção. O Cridemar Aquino, de São João, ganhou como melhor ator, e o Alexandre Gomes, de Nova Iguaçu, venceu melhor iluminação. Esse ano, eu venci dramaturgia e tivemos a Nilda, do Complexo do Alemão, que você entrevistou, indicada como melhor atriz. Isso sem falar nas tantas pesquisas acadêmicas sobre o teatro da Baixada e das periferias como um todo. Foi lançado recentemente, por exemplo, um portal na internet — trabalho incrível do Rohan Baruck, do Leandro Fazolla e do Jorge Braga — que mapeou dezenas de coletivos da Baixada e publicou suas histórias na rede. Pessoalmente, eu fico feliz em fazer parte dessa geração e agradeço demais aos que, antes de mim, insistiram em fazer teatro na Baixada e tornaram esse momento possível.

> «Não é mais possível pensar o teatro do Rio ignorando a periferia»

Na cerimônia de premiação você falou que o teatro hoje tem muito discurso e poucas histórias. Teve gente que torceu o nariz. Mas sua obra tem muito discurso também. Como é isso?
Minha questão é muito mais sobre forma do que conteúdo. Todos os discursos cabem e devem estar no teatro. Acredito 100% que o teatro seja esse território aberto à reflexão e ao debate crítico sobre os temas urgentes que nos atravessam. O teatro que eu faço é cheio de discurso, de política. Dias Gomes, por exemplo, discursava sobre todas as lutas de seu tempo através de personagens, através de histórias. Eu acabei de assistir à série “Encantados”. É genial, e o que não falta ali é discurso. Só que esse discurso vem através de histórias. E, para mim, esse é o ponto. Eu acredito que, no teatro, os discursos quando aliados a histórias se tornam muito mais potentes, com muito mais chances de atingir a todos os espectadores e, por isso, mais capazes de transformar o mundo no lugar que desejamos.

Por falar em lugar que desejamos, vocês agora têm uma escola de teatro em São João? Como funciona?
Sim, a Escola Popular de Teatro da Baixada. No passado conseguimos realizar um sonho antigo que era o de fundar uma escola popular de teatro em nossa cidade. Passei toda minha vida tendo que me deslocar da Baixada para o Centro ou para a Zona Sul do Rio para estudar teatro. Tive o privilégio de conseguir realizar esses deslocamentos, mas sei que muitos possíveis grandes artistas da nossa região não têm essa mesma oportunidade e acabam desistindo. Na seleção para a primeira turma, escutamos isso em quase todas as entrevistas.

Quando teremos a oportunidade de ver “Três irmãos”?
Faremos uma nova temporada já agora no início de maio. A partir do dia 3, vamos estar no Teatro Café Pequeno, no Leblon. Considero muito significativo estarmos em um dos metros quadrados mais caros do país contando uma história sobre a Baixada, criada em São João. Além dessa questão territorial, é importante também voltarmos com esse espetáculo em um período pré-eleitoral. Os temas que abordamos na peça dialogam diretamente com o atual momento sócio-político de toda a Região Metropolitana do Rio. Estou contando os dias para essa reestreia.

NA WEB
APONTE A CÂMERA DO CELULAR PARA LER MAIS ENTREVISTAS

MORARBEM

Condomínios não são obrigados a declarar IR

Síndicos devem ficar atentos, no entanto, às obrigações tributárias e acessórias que devem ser informadas à Receita Federal

No período que antecipa a entrega da declaração do Imposto de Renda (IR), avolumam-se as dúvidas sobre prazos e exigências tributárias nas administradoras imobiliárias, reforçadas pela falta de conhecimento dos síndicos sobre o assunto. Muitos questionam a necessidade de os condomínios declararem renda à Receita Federal — e não sem motivo: embora tenham CNPJ, os condomínios não geram lucros, o que justifica a dispensa da declaração.

Mas há obrigações tributárias e acessórias que precisam ser consideradas, como a Declaração do Imposto sobre a Renda Retida na Fonte (Dirf), documento que detalha as informações referentes aos pagamentos de funcionários e prestadores de serviços do condomínio. Quando há colaboradores contratados pelo regime CLT com salários acima de R$ 2.824, inclusive síndicos, é necessário recolher o Imposto de Renda de Pessoa Física (IRPF).

Ao pagar o salário ao colaborador, o condomínio desconta o imposto e informa a operação por meio de guia própria da Receita Federal e, quando contrata serviços de terceiros, faz o recolhimento das retenções na fonte de PIS, Cofins, CSLL, IRRF e ISS. Todos as informações devem constar da Dirf, explica Rodrigo Della Rocca, CEO e cofundador da CondoConta, fintech de gestão condominial, que reforça a necessidade de se cumprir os prazos estipulados pela Receita.

— O atraso ou o descumprimento das obrigações fiscais por parte do condomínio pode gerar penalidades financeiras e causar prejuízos aos condôminos, pois eles serão responsáveis por quitar as multas — afirma Rocca.

MAHMUT OZDEMIR/GETTY IMAGES

Situações especiais deixam síndicos inexperientes em dúvida

Segundo ele, os síndicos inexperientes são mais propensos a ter dúvidas, principalmente na hora de declarar o próprio Imposto de Renda. No caso dos que moram no prédio e são isentos de pagar cota condominial, é preciso fornecer as devidas informações em sua declaração — o mesmo se aplica a subsíndicos e conselheiros que têm qualquer isenção ou remuneração por conta das funções que exercem no condomínio.

O valor da isenção ou redução no pagamento da cota condominial deve ser declarado como rendimento obtido por meio de prestação de serviços. Na declaração, deverá constar "rendimentos recebidos de pessoa física ou do exterior", já que o condomínio não tem personalidade jurídica. Já no caso dos síndicos profissionais, os valores recebidos pela prestação de serviço são considerados tributáveis e devem ser informados na declaração do Imposto de Renda.

— A declaração do IR é obrigatória para a pessoa física, não para o síndico. Se ele recebe valores que tenham retenção de imposto de renda, é obrigado a declarar. O condomínio é obrigado a fornecer o informe de rendimento para o síndico ou para o prestador desse serviço — pontua Léo Mack, diretor de Operações e cofundador da uCondo, startup especializada em software para administradoras de condomínios.

Mack chama a atenção para a importância de síndicos e administradores terem todos os documentos e contas organizados, a fim de evitar atrasos nos pagamentos e no envio de declarações.

— A tecnologia é uma grande aliada dos moradores, síndicos e administradoras, pois proporciona uma gestão transparente. Os condôminos conseguem acompanhar o fluxo de caixa de forma detalhada, e isso gera uma relação de confiança com o gestor — comenta.

Receita extra deve ser declarada pelo morador

Condôminos são beneficiários do valor do aluguel de topo e fachada de prédios

O controller Financeiro da Cipa Administradora, Gustavo Faria, informa que há situações especiais que devem ser observadas com rigor pelos gestores. Quando o condomínio tem alguma receita extra com o aluguel do topo do prédio ou publicidade na fachada, por exemplo, e o valor recebido é superior a R$ 24 mil por ano, é preciso declarar os valores no Imposto de Renda dos próprios condôminos.

— Ainda que os condôminos não tenham recebido os pagamentos em espécie da publicidade ou do aluguel do topo de um prédio, são eles os beneficiários dessa quantia. Como o condomínio não é considerado uma personalidade jurídica, os moradores são responsáveis pela declaração das receitas arrecadadas — explica Gustavo Faria.

Segundo João Batista Andrade, diretor da JB Andrade Imóveis, essa situação não costuma ser comum nos condomínios que a empresa administra. Ele afirma que o departamento pessoal da administradora recebe um volume de trabalho maior nesta época do ano.

— É um período agitado. Muitos síndicos nos procuram para entender o que devem declarar à Receita Federal. É importante respeitar prazos, porque o descumprimento, além de gerar multas expressivas, pode até ocasionar a cassação do CNPJ do condomínio, em último caso — ressalta.

FIZKES/GETTY IMAGES

Declaração é obrigatória para valor acima de R$ 24 mil por ano

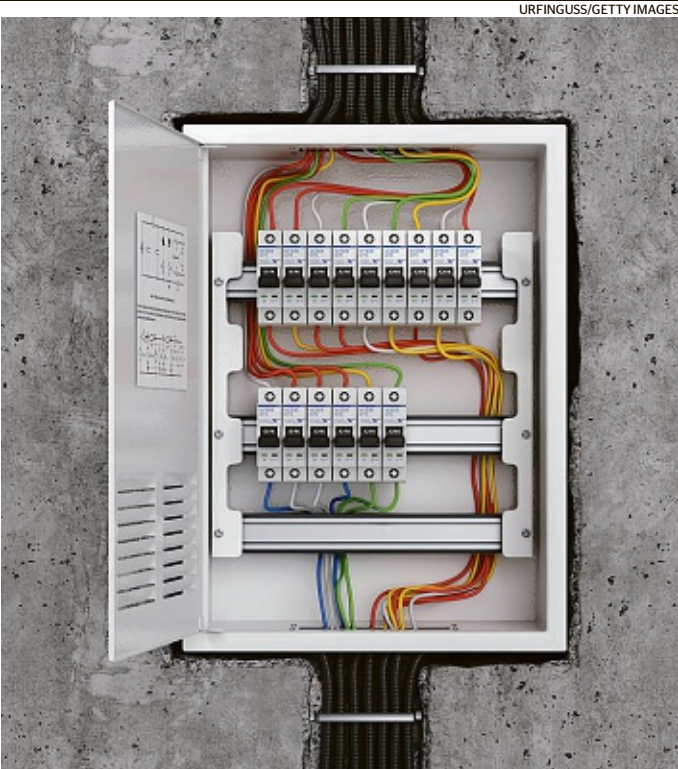
Entenda a importância dos disjuntores

Lorena Corona e Alex Alcantara

Localizados no quadro de distribuição, os disjuntores entram em ação quando os sistemas de fiação de uma rede elétrica são sobreaquecidos — a partir de sobrecargas ou curtos-circuitos —, criando o risco de incêndios e explosões. Nessas situações, os disjuntores cortam o fornecimento de energia elétrica na instalação.

"O bom dimensionamento da distribuição dos disjuntores nas redes elétricas de uma residência é primordial para a economia de energia e o não sobrecarregamento de redes, principalmente de tomadas", explica Danilo Delmaschio, empreiteiro e colunista de Casa e Jardim.

Conforme André Gimenes, professor da Escola Politécnica (Poli) da Universidade de São Paulo (USP), o mau manuseamento de tomadas é um grande fator para o aumento de acidentes.

URFINGUSS/GETTY IMAGES

Disjuntores são importantes para segurança de residências

"Manipular tomadas e fios com as mãos molhadas, jogar água em tomadas e interruptores durante o processo de limpeza, uso de benjamins, emendas malfeitas e encapamento de emendas com algo que não seja fita isolante são exemplos de ações que podem causar sérios riscos de acidentes ou incêndios", diz o especialista.

Para prevenir acidentes relacionados à eletricidade, é essencial não realizar intervenções no quadro elétrico e na fiação do estabelecimento sem a ajuda de um profissional. Evitar o uso de benjamins também contribui para a prevenção de ocorrências perigosas, como choques e incêndios.

"Jamais coloque (ou permita que alguém o faça) disjuntores de maior capacidade para substituir um que estava desarmando com frequência. Os desarmes devem estar ocorrendo por sobrecarga e, ao desarmar o disjuntor, evita que a fiação se aqueça e coloque a residência em risco de incêndio. Trocar o dispositivo por um de maior capacidade evitará esse desarme, e a instalação estará em risco", complementa o professor da Poli-USP.

A escolha de um disjuntor pode ser complicada para pessoas não especialistas em engenharia elétrica. Gimenes ressalta que fatores como a tensão e a corrente da fiação fazem a diferença nesse momento.

CLASSIFICADOS DO RIO

Domingo 14.04.2024

IMÓVEIS COMPRA E VENDA 1

ZONA CENTRO

Centro

2 Quartos

CENTRO R.Carlos Carvalho (Colégio Cruzeiro), 42m2, sala, 2qtos., banheiro, área, banh.serviço, cozinha, possib.garagem. Isento IPTU. T.outro. Tel.:98284-4214.Cr: 20655.

ZONA SUL 1

Flamengo

Coberturas

FLAMENGO R$1.700.000 Linear, 208m2, 2vgas, 3qtos (1ste/ closet), quadra praia, sauna, piscina, churrasqueira, deps.completas, port.24hs, docs.ok, vazia. Tel.:(21)99638-9732. Cr.34525

TIJUCA E ADJACÊNCIAS

Vila Isabel

1 Quarto

V.ISABEL R$190.000 Melhor localização, Fte. Iguatemi, apartamento amplo, sala, 1dormitório, cozinha, Banh.social, á.serviço, condomínio barato, Doc.Ok www.sergiocastro.com.br Cj250 Tels:97010-4794/2557-6868 Scvp1044

1 TIJUCA E DAJACÊNCIAS VILA ISABEL

2 Quartos

V.ISABEL R$300.000 Adibrás vende Apt em Vila Isabel, c/ 66m2, Sala, 2 Qtos, Coz, Banh, Área e Dep. de Emp, Próx. a Ufrj / Shopping Boulevard, Praça Tobias Barreto - Vila Isabel - Rj, Cj 495 Cel: 9 9692-6926 / Tel: 2533-6863 Ramal: 122 Fotos: www.adibras.com.br

ZONA NORTE 1

Engenho Novo

2 Quartos

ENG.NOVO R$180.000 R.Alan Kardeck, ótimo apartamento térreo sala 2dormitórios, cozinha, Banh.social, dependências, área externa condomínio barato, Doc.Ok www.sergiocastro.com.br Cj250 Tels:97010-4794/2557-6868 Scvp2045

Lins

2 Quartos

LINS R$178.000 Sala, 2 quartos, cozinha, banheiro, dependências completas empregada, área, garagem. Cômodos amplos. Aceito carro como parte pagamento. Direto proprietário Tel.: 99745-0679.

Méier

2 Quartos

MÉIER R$330.000 Oportunidade! Tipo casa 105m2, sala, 2quartos, cozinha c/armários, 2Banheiros (blindex) terração, sem condomínio, documentação ok. www.sergiocastro.com.br Cj250 Tels:97010-4794/2557-6868 Scv12166

ZONA NORTE 2

1 ZONA NORTE 2 BENFICA

Benfica

2 Quartos

BENFICA R$245.000 R. Marechal Aguiar nº106. 2qtos, sala 2ambtes, banheiro social, cozinha, dependências completas empregada, área serviço, vaga garagem. Documentação Ok. Tel:(21)99128-7765.

Bonsucesso

2 Quartos

BONSUCESSO R$200.000 Oportunidade ímpar, Próximo T.Castro, excelente apartamento, sala 2 quartos, cozinha, 2 Banheiros á.serviço, condomínio barato. www.sergiocastro.com.br Cj250 Tels:97010-4794/2557-6868 Scv3573

Cordovil

2 Quartos

CORDOVIL R$165.000 Tipo casa, sala 2quartos (1suíte) Coz.planejada, bhs. c/blindex, á.serviço, área externa tipo varanda, ac/ carta. www.sergiocastro.com.br Cj250 Tels:97010-4794/2557-6868 Scv12059

Olaria

3 Quartos

OLARIA R$745.000 Prof. Plinio Bastos, frente, salão, 3quartos, porcelanato, (2suítes) cozinha, banheiros, blindex, quintal, área gourmet, 5vagas. www.sergiocastro.com.br Cj250 Tels: 97010-4794/2557-6868 Scvp6045

1 ZONA NORTE 2 PENHA

Penha

3 Quartos

PENHA R$280.000 Av. B.Pina apto.95m2, s.manhã, vista panorâmica, salão, varandão, 3dormitórios, (1suíte) Copa-cozinha, á.serviço, Dep.empregada, 2vagas escritura. www.sergiocastro.com.br Cj250 Tels: 97010-4794/2557-6868 Scvp3047

ZONA NORTE 3

Demais bairros da Zona Norte 3

2 Quartos

CAVALCANTE R$199.000 Adibrás vende Apt tipo casa com 77m2, Sala, 2 Qtos, Banh, Coz, Sem Cond. Rua Antônio de Sá nº 63, Esq c/ R. Padre M. da Nóbrega. Só R$199.000,00. Cj 495 Cel: 9 9692-6926 / Tel: 2533-6863 Ramal: 122 Fotos: www.adibras.com.br

ZONA OESTE

Demais bairros da Zona Oeste

Casas e Terrenos

P.GUARATIBA Terreno 12X30. Rua Populina. Todo legalizado. Direto proprietário. Tel.(21)99976-2771.

LITORAL NORTE

São Pedro da Aldeia

Casas e Terrenos

SP.ALDEIA R$97.000 Casa, apartamento, passo sítio, financio terreno 15x45 Unamar, CB.Frio, Iguabinha Saquarema. Vendo, troco, alugo, legalizo. T.:(21) 99817-4882/ (21)98945-3642/ (22)99952-1379/ (22) 2627-7381. Cr.2157.

IMÓVEIS COMERCIAIS

1 IMÓVEIS COMERCIAIS BARRA

Imóveis Comerciais Barra

Salas e Andares

BARRA Da Tijuca R$ 200.000 Adibrás vende sala comercial na Barra da Tijuca c/ 50m2, Saleta, Sala, Cozinha, Banh, Próx. Barra Garden - Av. das Américas 2300, Bloco A, Sala 110 - Edifício Blue Sky - Barra da Tijuca - Rj. Cj 495 Cel: 9 9692-6926 / Tel: 2533-6863 Ramal: 122 Fotos: www.adibras.com.br

Imóveis Comerciais Zona Centro

Lojas

CENTRO - Rj R$830.000 Adibrás vende loja no Centro/ Saara, c/108m2, Lojão c/3 portas, 2 Banh, Próx. a estação de metrô da Uruguaiana / Detran- Rj, Rua da Conceição 57 Centro- Rj, Cj 495 Cel: 9 9692-6926 / Tel: 2533-6863 Ramal: 122 Fotos: www.adibras.com.br

CENTRO CONSÓRCIO Atenção! Compramos/ vendemos/ trocamos, contemplados/ não, mesmo atrasado/cancelado. Cobrimos ofertas. Autos/Utilitários/Imóveis/Capital de giro...Melhores preços, vários planos. Leonel Consórcios 40anos!!! E-mail: leonelconsorcios@hotmail.com Tel.:(0xx21)99695-1897(whatsApp)/ (0xx21) 97012-3333 (whatsApp)/ (0xx21) 96423-1303 (whatsApp). www.leonelconsorcios.com.br

Imóveis Comerciais na Zona Norte

Lojas

BONSUCESSO R$150.000 Jto. C. Morais, loja fte. Rua, 120m2, desocupada, salão c/divisórias, 2Banheiros, parte fundos vão livre. www.sergiocastro.com.br Cj250 Tels:97010-4794/2557-6868 Scv12142

1 IMÓVEIS COMERCIAIS ZONA NORTE

Prédios Comerciais

BONSUCESSO R$ 300.000 Prédio inteiro Junto Democráticos, ideal p/renda, c/4 apartamentos, juntos, sala, 2/3quartos, cozinha, banheiro, á.serviço, estacionamento. www.sergiocastro.com.br Cj250 Tels: 97010-4794/2557-6868 Scv12077

Galpões

PARADA Lucas R$ 300.000 R.Rego Fortes, Excelente galpão, terreno 320m2, Piso p/maquinários pesados, pé direito alto, escritório, 2Banheiros. www.sergiocastro.com.br Cj250 Tels: 97010-4794/2557-6868 Scvp7133

IMÓVEIS ALUGUEL 2

TIJUCA E ADJACÊNCIAS

Tijuca

2 Quartos

TIJUCA R$2.000 +taxas. R. Conselheiro Zenha, 49, apto amplo, 2qtos, c/dep.empregada, sala, cozinha, banheiro, ár.serviço. Tratar Tel. 2233-2898 Hor/com.

IMÓVEIS COMERCIAIS

Imóveis Comerciais Zona Centro

Lojas

CENTRO R$2.900,00 +IPTU. Lojão 140m2, 4banhs. Rua da Polícia/ TRT. Av.Gomes Freire 197. Serve várias atividades. Tel.98778.5252.

2 IMÓVEIS COMERCIAIS ZONA CENTRO

Salas e Andares

EMPREGOS & NEGÓCIOS 3

Aviso

De acordo com o art. 5º da CR/88 c/c art 373-A da CLT, não é permitido anúncio de emprego no qual haja referência quanto ao sexo, idade, cor ou situação familiar, ou qualquer palavra que possa ser interpretada como fator discriminatório, salvo quando a natureza da atividade assim o exigir.

Empregos

Empregos

ASSISTENTE Contábil/ Fiscal Escritório de Contabilidade no Jardim América contrata com experiência. Enviar curriculum para: rosangelalemos314@gmail.com

ASSISTENTE Contábil/ Fiscal Escritório de Contabilidade na Penha contrata com experiência. Enviar curriculum para email: walterpedro1908@gmail.com

AUX.SERVIÇOS Gerais/ Operador de Vendas/ Motorista. Vagas para Pessoas com Deficiência. Currículos: recrutamento.rj@autovicao1001.com.br Assunto: (cargo) Anúncio PCD 1001.

FRENTISTA para Rio e Niterói. Não precisa ter experiência, com 2º grau completo. Para início imediato, disponibilidade de horário, responsável. Enviar currículo para: trabalheconosco@redekm.com.br

GARÇOM precisamos de profissional p/trabalhar em motel. Horário de 19: 00h às 07:00h. Turno de 12h por 36h de descanso. Motel Calèche, Parque Beira Mar, Duque de Caxias. E-mail: contato@motelcaleche.com.br

OPERADOR de Màquina de Dobra com experiência. Gráfica contrata para trabalhar no Engenho Novo. Interessados enviar curriculum para: katiarotapress@gmail.com

RECEPCIONISTA Empresa precisa. Dinâmica, organizada e conhecimento de informática. Oferecemos: Salário, passagens, refeições. Enviar currículo: ardamoimobiliaria@gmail.com Tel.:2234-3510.

SECRETÁRIA Precisa-se c/ experiência, salário aproximadamente R$1.600,00 +passagem. Aceita-se pessoas acima 40anos, preferencialmente morar próximo Centro/RJ. Curriculum: simoeswillian@hotmail.com

Negócios

Empréstimos e Finanças

Aviso

Antes de solicitar um empréstimo ou efetuar uma transação comercial, verifique a idoneidade de quem está negociando, pedindo documentos que identifiquem o fornecedor.

CASA E LAZER 4

Para Casa

Para Você

Encontros Pessoais

Aviso

Todo encontro com desconhecidos pode ser arriscado. É aconselhável marcar o primeiro encontro em lugar público e conhecido. Além disso, convém informar a uma pessoa amiga hora e local do encontro.

Aviso

Submeter criança ou adolescente à prostituição ou a exploração sexual é crime com pena de reclusão de 4 a 10 anos, e multa - ART. 244-A Lei 8.069/90.

PROIBIDO PARA MENORES DE 18 ANOS

VEÍCULOS 5

Automóveis

C

CONSÓRCIO Atenção! Compramos/ vendemos/ trocamos, contemplados/ não, mesmo atrasado/cancelado. Cobrimos ofertas. Autos/Utilitários/Imóveis/Capital de giro...Melhores preços, vários planos. Leonel Consórcios 40anos!!! E-mail: leonelconsorcios@hotmail.com Tel.:(0xx21) 99695-1897(whatsApp)/ (0xx21) 97012-3333 (whatsApp)/ (0xx21) 96423-1303(whatsApp). www.leonelconsorcios.com.br

Retratos da vida

LEONARDO FERREIRA
lferreira@extra.inf.br
Com Carol Marques, Michael Sá e Taís Codeco

NA WEB
APONTE A CÂMERA DO CELULAR PARA LER MAIS NOTÍCIAS DOS FAMOSOS

FLANÁTICAS

As mulheres dos jogadores rubro-negros formam um time que quase ninguém vê, mas que segue dando apoio aos maridos e organizando 'táticas' nos jogos do Mengão

Começa mais um campeonato e a torcida organizada de mulheres do Flamengo começa a se movimentar. Os craques rubro-negros possuem um forte time extracampo, que se organiza a cada jogo e é seu amuleto da sorte em cada partida. Enquanto os jogadores se preparam para o Campeonato Brasileiro — o time estreia hoje —, suas musas também têm táticas e planos para enfrentar os próximos duelos dos respectivos maridos dentro de campo.

As "Flanáticas" não perdem uma oportunidade de estarem presentes nos confrontos, apoiando os craques, que começaram bem a temporada. Elas, inclusive, ficam num camarote reservado, alugado pelos próprios jogadores quando disputam as partidas no Maracanã. No início do ano, a braçadeira de capitã mudou de braço. Na nova era do elenco do Fla, quem assume a vaga de "titular" é a mulher de Everton Cebolinha, Isa Ranieri. Antes, Marília Nery, mulher do ex-Fla Everton Ribeiro, era quem ficava à frente. Na final do Campeonato Carioca, no domingo passado, ela preparou uma surpresa para os familiares dos companheiros do marido.

"Uniforme pronto, coração acelerado, torcida organizada! O grande dia chegou e estamos felizes de fazer parte desse time de amor e vibração, temos certeza que essa união, força e energia transcenderão os looks recarregando o coração dos nossos jogares! Que comece a partida, juntos sempre venceremos!", dizia o bilhete enviado pela mulher de Cebolinha junto a um presente para as amigas e seus filhos.

Junto com Isa, outras musas possuem papel de destaque e ajudam a organizar o time tático delas. Outra que é bem ativa e está sempre colaborando é Gisellen Ramalho, mulher de Bruno Henrique. A influenciadora faz questão de prestigiar o jogador durante as partidas, com os filhos Lorenzo e Pietro. Nas redes sociais, as Flamulheres costumam interagir entre si, comentando nas fotos umas das outras com elogios e deixando curtidas nas publicações, entre elas Camila Bastiani, mulher de Arrascaeta, Ingrid Cantarini, de Luiz Araújo, e Jordana Von Holleben, mulher do volante Allan Souza. As duas últimas, inclusive, frequentam juntas aulas de beach tennis nas areias da Praia da Barra.

A amizade fora do gramado se estende também a Gisellen e Ana Clara, mulher de Fabricio Bruno, e Suianne Castro, mulher de Pablo Castro, entre outras com maridos atuantes ou que já jogaram no time rubro-negro, que dividem o mesmo personal trainer. Entre elas, Tainá Castro, ex-mulher de Léo Pereira, que formava um dos casais mais queridos do clube carioca.

Mas parece que entrar no grupo, nem tão secreto assim, não é tarefa fácil. Karoline Lima, que assumiu namoro com Léo no início deste ano, ainda não foi vista junto das mulheres e namoradas dos companheiros do zagueiro, que foi apelidado de "Karolino" pela torcida, que curte muito o casal. Aliás, a loura se tornou uma verdadeira musa dos entusiastas do time, sendo até creditada pela boa fase do amado em campo. Ela está em todos os jogos acompanhando Léo Pereira e comentando os resultados das partidas. O fato é que mesmo sem estar enturmada com as outras "Flanáticas", ela se tornou um amuleto para a torcida, que cobra sua participação e seus comentários nas idas aos estádios.

Outra recém-chegada ao clube é a namorada de Léo Ortiz. A médica Maitê Lo Sardo já tem a simpatia de parte dos torcedores do Flamengo, que invadiram suas redes sociais desejando boas-vindas ao time e ao Rio. Outra parte já disse esperar que Maitê entregue bons looks nos dias de jogos e animação com os resultados, assim como Karol. Ela ainda não foi vista com o restante das "Flanáticas", mas ela segue e costuma interagir com parte delas nas redes sociais. Será que um dia veremos o time completo?

Camila Bastiani e Arrascaeta
GABRIEL QUEIROZ
REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

Gisellen Ramalho e Bruno Henrique
REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

Ingrid Cantarini e Luiz Araújo
REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

Isa Ranieri e Everton Cebolinha
PATRICIA DI FIORI
REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

Jordana Von Holleben e Allan Souza
REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

Karoline Lima e Léo Pereira
REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

Maitê Lo Sardo e Léo Ortiz
REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

JOGO EXTRA

FLAMENGO/DIVULGAÇÃO

Tite inicia a competição em momento mais estável

LEANDRO AMORIM/VASCO

Ramón Díaz busca o equilíbrio em campo

VITOR SILVA/BOTAFOGO

Artur Jorge faz sua estreia no Brasileiro

BRASILEIRO

CADA UM NO SEU QUADRADO

Em momentos e com problemas distintos, Flamengo, Vasco e Botafogo estreiam hoje na principal competição nacional

PÁGINAS 3, 5 E 6

PASSATEMPO

CRUZADA INTERNACIONAL

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

O placar da final da Copa do Mundo de 2018, entre França e Croácia

Q

J

Clube italiano onde joga o lateral Danilo, da seleção brasileira

Técnico da seleção argentina

Seleção que se classificou para a Copa do Mundo 2022 em terceiro lugar nas eliminatórias sul-americanas

V

(?) Correa, atacante da seleção argentina, atua no Atlético de Madrid

Símbolo presente na camisa de Gana, seleção africana do Grupo H, da Copa do Mundo de 2022

P

País que terá Gana como adversário no primeiro jogo do Grupo H da Copa do Mundo de 2022

Coreia do (?), a seleção asiática do Grupo H da Copa do Mundo do Catar

C

(?) Davids, meio-campista holandês, jogou na Copa do Mundo de 1998 quando sua seleção foi eliminada pelo Brasil

(?) Militão, zagueiro do Real Madrid e da seleção brasileira

Manchester (?), clube inglês que contratou Antony e Casemiro em agosto de 2022

Diego (?), zagueiro da seleção uruguaia que jogou no Atlético Mineiro

B

H

Estado brasileiro onde a Alemanha disputou seu primeiro jogo na Copa do Mundo de 2014

LETROX

Considerando a dica ao lado do diagrama seguindo as instruções de posicionamento das letras, você deve descobrir quais completam as casas em branco no final do quadro, para desvendar a palavra da resposta. Fique atento, pois há casos em que uma ou mais letras não constam no quadro e devem ser descobertas por dedução e/ou lógica. Letra branca em fundo preto significa que ela está certa e está na posição correta; letra preta em fundo cinza significa que a letra está certa, mas ela está na posição errada; letra preta em um fundo branco significa que a letra está errada e não faz parte da palavra.

DICA: Escolher

G	L	O	B	O
O	X	I	D	O
P	O	S	T	O
C	E	T	I	M
G	O	N	G	O

Q	W	E	R	T	Y	U	I	O	P
A	S	D	F	G	H	J	K	L	
Z	X	C	V	B	N	M			

RESPOSTAS

L	I	O	N	E	L	S	C	A	L	O	N	I	
	A				A						I		
	U		A	N	G	E	L			E	D	E	R
	G		L		U		U		D		O		
J	U	V	E	N	T	U	S		E	D	G	A	R
	R		R		R				T			I	
Q	U	A	T	R	O	A	D	O	I	S		H	
			S		P				N			A	
			E						U			B	

Resposta: Optar

Editor: Thales Machado (thales.machado@extra.inf.br) **Editores assistentes:** Bernardo Coimbra (bernardo.coimbra@extra.inf.br), Carla Felicia (carla.almeida@extra.inf.br), João Pedro Fonseca (jp.fonseca@oglobo.com.br) e Renato Alexandrino (renato.alexandrino@oglobo.com.br) **Designer:** Celso Reis **Redação:** 2534-5919 **Publicidade:** 2534-4310 **E-mail:** esportesprj@extra.inf.br **Twitter:** @Jogo_Extra

Brasileiro

Nos últimos três anos, rubro-negro teve desempenho abaixo do esperado no início do torneio; hoje enfrenta o Atlético-GO

Lucas Guimarães
lucas.santos@oglobo.com.br

Técnico mais celebrado da atualidade, Pep Guardiola, hoje no Manchester City, espalha um mantra: campeonato de pontos corridos são conquistados nas últimas oito rodadas e perdidos nas oito primeiras. A receita do catalão, especialista em ganhar esse tipo de torneio, expõe a necessidade de uma boa largada. E serve de alerta para o Flamengo, que inicia sua trajetória de favorito ao título brasileiro hoje, diante do Atlético-GO. O rubro-negro, mesmo em um dos momentos mais vitoriosos de sua história, tem experimentado começos aquém do seu potencial na Série A — e que, claro, fazem falta lá na frente.

Campeão pela última vez em 2020, com Rogério Ceni, o Flamengo não lidera o Brasileiro desde a rodada final daquela edição. Já são três temporadas sem sentir o gostinho da ponta, algo incompatível com o orçamento na casa do bilhão. Por outro lado, um filme tem se repetido: atravessar as primeiras partidas da competição em meio ou às vésperas de crises, que por vezes levam a trocas de técnicos.

Em 2021, o rubro-negro fechou suas oito primeiras rodadas com um aproveitamento de 50%, em 12º lugar. O Atlético-MG, que seria campeão naquele ano, era o quinto colocado. Ceni cairia após a 11ª rodada.

Não foi muito diferente na temporada seguinte. Sob o comando de Paulo Sousa, o Flamengo também teve 50% de aproveitamento no mesmo recorte, mas agora em oitavo. O futuro campeão Palmeiras já era o líder naquele momento. O técnico português foi demitido no início de junho, no modesto 14º lugar.

O Brasileiro de 2023, cujo início foi conduzido pelo interino Mário Jorge, espremido entre os turbulentos Vítor Pereira e Jorge Sampaoli, viu o rubro-negro oscilar para 54% de aproveitamento. E não mais do que um sétimo lugar. O alviverde paulista, em sua campanha pelo bicampeonato seguido, já era o vice-líder.

Há motivos para acreditar que, desta vez, o Flamengo poderá operar em velocidade de cruzeiro. E o principal deles está justamente à beira do campo. Com sete meses de trabalho, Tite iniciou a temporada com o título invicto do Carioca. E estruturou a melhor defesa da história do torneio em mais de um século, com apenas um gol sofrido.

Há, porém , dois aspectos que merecem atenção. E um deles foi levantado pelo próprio treinador após a vitória sobre o Palestino, na quarta-feira. Tite considera "humanamente impossível" disputar as três principais competições (Brasileiro, Libertadores e Copa do Brasil) com o time titular. Resta saber se a Série A pode ser colocada em segundo plano. Por ora, não: a previsão para hoje é de força máxima, inclusive com a volta de Gerson, relacionado após dois meses.

MARCELO CORTES/FLAMENGO

Bem encaixado no meio-campo, Nicolás de la Cruz é a grande contratação da temporada

FICHA DO JOGO

Serra Dourada - 16h

ÁRBITRO Andre Luiz Skettino Policarpo (MG)

ATLÉTICO-GO

Ronaldo; Bruno Tubarão, Adriano Martins, Alix Vinícius e Guilherme Romão; Rhaldney, Baralhas e Shaylon; Alejo Cruz, Emiliano Rodríguez e Luiz Fernando. Técnico: Jair Ventura

FLAMENGO

Rossi, Varela, Fabrício Bruno, Léo Pereira e Ayrton Lucas; Erick Pulgar, De la Cruz e Arrascaeta; Luiz Araújo, Everton Cebolinha e Pedro. Técnico: Tite

Transmissão

Premiere transmite

Ouça este jogo na Rádio Globo, com narração de Edson Mauro e comentários de Rafael Marques

Futebol

CESAR GRECO/PALMEIRAS

O jogo Palmeiras x São Paulo, pelo Brasileiro de 2023: citado

INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

ACUSAÇÕES SEM APOIO

Por que as denúncias feitas por John Textor não ganham eco e como são vistas no meio do combate à manipulação

Rafael Oliveira
rafael.oliveira@extra.inf.br

A denúncia de manipulação feita por John Textor é um elefante na sala do futebol brasileiro. O tema é caro ao país, que tem frescas as lembranças do esquema exposto pelo MP de Goiás ano passado. E a acusação é feita pelo dono da SAF do Botafogo, um dos clubes mais tradicionais do país. Portanto, não há como ignorar. Só que as bases são tão frágeis que deixam as autoridades numa situação difícil. E, nos bastidores, são vistas com incredulidade por quem trabalha há anos no combate ao problema. "Dentro do meio, estão rindo", relata um especialista que não quis ser identificado.

Na denúncia feita em seu site, o dono do Botafogo citou dois confrontos do Palmeiras pelo Brasileiro: com o Fortaleza, em 2022, e com o São Paulo, em 2023. Em ambos, o adversário teria entregado o resultado para o alviverde. Sua principal sustentação são relatórios e vídeos da empresa francesa Good Game!, contratada para monitorar partidas. O problema é a metodologia utilizada.

A maioria das empresas acompanha as apostas. Para isso, têm acesso a sistemas que as permitem monitorar tanto o mercado legal quanto o ilegal. A leitura é feita por inteligência artificial, que gera uma espécie de alerta amarelo quando detecta movimentações atípicas.

A partir daí, o trabalho passa para os humanos, que vão investigar possíveis fatores. E eles são muitos. Vão desde a notícia de que um time atuará com reservas até a previsão de chuva (o que frustra os planos de quem apostou em muitos gols). Caso nada seja encontrado, aí sim o alerta vermelho é emitido.

FOCO NO COMPORTAMENTO

Com tecnologia desenvolvida pelo ex-atleta Pierre Sallet, a Good Game! foca no comportamento. Segundo a empresa, seu software é capaz de diferenciar erros normais de propositais através da análise de movimentos, giro do corpo, proximidade da bola etc.

A lógica é que nem toda manipulação envolve interesse financeiro (pode visar resultado esportivo), mas todas precisam que alguém erre ou deixe de fazer algo intencionalmente. Portanto, analisar o comportamento seria mais eficiente.

Especialistas ouvidos pelo EXTRA afirmam que a vinculação com as apostas aponta com maior precisão que partidas merecem ser observadas. Já a investigação que prioriza o comportamento esbarra na subjetividade.

Erros na tomada de decisão e falhas fazem parte do comportamento humano. Além disso, equipes podem se desestabilizar com um gol ou expulsão. Sem contar que atletas estão sujeitos a influências externas, como problemas familiares. Como diferenciar isso da intenção de fraudar? A Good Game! diz que seus algoritmos são capazes.

— Processos de investigação recomendados por ONU, COI, Fifa e Interpol estão um pouco distantes deste tipo de análise — explica Paulo Schmitt, consultor de integridade e coordenador da divisão de prevenção à manipulação do COB e presidente do comitê de integridade da Federação Paulista. — Quase 99% dos problemas relacionados a fraudes têm relação direta com propósitos financeiros. O cruzamento com o mercado de apostas é quase obrigação.

O relatório das agências tradicionais não aponta movimentações de apostas atípicas nos jogos citados. Tampouco erros em campo suspeitos.

A Polícia Civil do Rio abriu procedimento para investigar as acusações de Textor. Na última sexta, ele entregou o relatório e os vídeos que tem.

Brasileiro

Pelo equilíbrio em campo

Após quase um mês sem jogar, Vasco recebe o Grêmio, em São Januário, para provar que o time se reencontrou

Vitor Seta
vitor.seta@extra.inf.br

A instabilidade dentro e fora de campo marcou o primeiro trimestre do Vasco, que estreia no Campeonato Brasileiro hoje contra o Grêmio, em São Januário. A partida, às 16h, deve ter testes do técnico Ramón Díaz para encontrar um dos aspectos desse equilíbrio: o de dentro das quatro linhas.

Desde que foi eliminado na semifinal do Campeonato Carioca, em derrota para o Nova Iguaçu no último dia 17, o cruz-maltino teve quase um mês para trabalhar sua proposta de jogo e tentar mudar a dificuldade de conciliar a defesa e o ataque.

No Estadual e na Copa do Brasil, o Vasco alternou entre jogos intensos em que encontrou caminhos ofensivos com frequência e qualidade e outros em que, pouco inspirado, acabou sofrendo com espaços cedidos em seu meio-campo.

Para este início de campeonato, Ramón ganhou um problema a mais: a lesão de Payet, que deve deixá-lo fora das primeiras rodadas. Sem ele e sem um substituto com suas características, é provável que Mateus Carvalho forme o meio-campo com Galdames e Sforza. No ataque, Rossi deve ganhar uma vaga na equipe titular ao lado de David e Vegetti.

O esquema de três zagueiros, que foi questionado em alguns momentos deste início de ano, deve permanecer, mas com alterações para deixá-lo mais dinâmico.

Hoje, os jogadores entrarão em campo com uma camisa em homenagem ao ídolo Roberto Dinamite, morto em janeiro de 2023 e que teria feito 70 anos ontem.

FICHA DO JOGO

São Januário-16h

ÁRBITRO Flávio Rodrigues de Souza (Fifa-SP)

VASCO

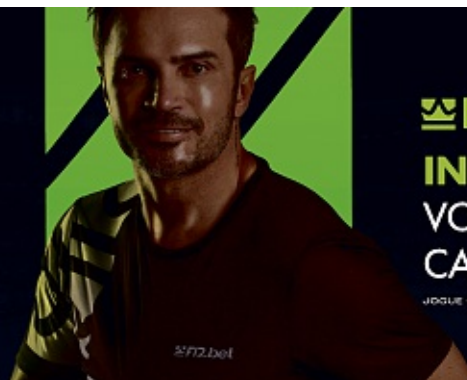
Léo Jardim, Paulo Henrique, Medel, Léo e Lucas Piton; Mateus Carvalho, Sforza e Galdames; Rossi, David e Vegetti. Técnico: Ramón Díaz.

GRÊMIO

Caíque, João Pedro, Rodrigo Ely, Kannemann e Cuiabano (Fábio); Villasanti, Pepê e Cristaldo; Gustavo Nunes, Pavon e Diego Costa. Técnico: Renato Gaúcho.

Transmissão

TV Globo e Premiere transmitem a partida ao vivo

LEANDRO AMORIM/VASCO

Rossi deve voltar ao time titular

D 2ª 3ª 4ª 5ª 6ª S

FUTEBOL, COISA & TAL

GILMAR FERREIRA
gilmar@extra.inf.br

Do Bob à Babel...

Carlos Roberto de Oliveira incorporou Dinamite ao nome de batismo depois de perceber que o apelido o definia como guerreiro. E a partir dali materializou-se no símbolo de eterna esperança para o Vasco e para a sua imensa torcida. Por duas décadas, Roberto Dinamite foi o Pelé dos vascaínos, renovando e dando outra dimensão ao legado de Ademir Menezes, o Queixada, astro maior do "Expresso da Vitória" dos anos 40 e 50.

O maior artilheiro da história do Brasileiro, com 190 gols, festejaria ontem, justo no dia da abertura do campeonato nacional mais difícil do mundo, seus 70 anos de vida por este plano físico. Mas, infelizmente, as enfermidades não permitiram que ele ficasse mais um pouco e o desencarne no dia 8 de janeiro do ano passado, aos 69, tirou a matéria do nosso convívio. Coincidentemente, dez dias após a passagem do próprio Pelé, a referência maior.

Como acontece com os grandes ídolos, foi-se o corpo físico do cidadão Carlos Roberto e ficou para sempre o Dinamite...

BABEL **A permissão para o aumento no número de jogadores estrangeiros registrados na CBF, passando de sete para nove, reunirá nesta edição da Série A 125 representantes de 18 nações de quatro continentes. Serão 115 da América do Sul: 42 argentinos, 23 uruguaios, 17 colombianos, onze paraguaios, nove equatorianos, sete chilenos, quatro venezuelanos, um boliviano e um peruano; um da América Central (nicaraguense); seis da Europa: dois portugueses, francês, italiano, espanhol e búlgaro; e três da África: angolano, senegalês e congolês. Lembrando que, no meio do ano ao final da janela de verão europeia, essa lista pode aumentar.**

FAVORITOS **Flamengo e Palmeiras seguem em vantagem sobre os demais em termos de competitividade. Do comando técnico à estrutura de trabalho, da capacidade de investimento para a correção de rotas à qualidade e experiência de seus elencos. Romper essa barreira numa competição em que a regularidade é fator primordial é tarefa que exige mais do que ter um bom time. Não à toa, o Atlético-MG de 2021 foi o único a quebrar a polarização nas últimas seis edições da Série A — o Palmeiras venceu três delas e o Flamengo, duas. Ou seja: difícil enxergar agora quem possa superá-los na disputa do título. Do terceiro em diante a briga será acirrada.**

Brasileiro

VITOR SILVA/ BOTAFOGO

Tiquinho Soares tenta recuperar o bom momento no time

FICHA DO JOGO

Mineirão - 17h

ÁRBITRO Matheus Delgado Candançan (SP)

CRUZEIRO

Rafael Cabral; William, Zé Ivaldo, Neris (João Marcelo) e Marlon; Lucas Romero, Lucas Silva e Mateus Vital; Matheus Pereira, Arthur Gomes e Dinenno. Técnico: Fernando Seabra

BOTAFOGO

Gatito; Ponte (Suárez), A. Barboza, L. Halter (Bastos) e Hugo; D. Barbosa, M. Freitas, L. Henrique e Jeffinho (Romero); J. Santos e Tiquinho. Técnico: Artur Jorge

Transmissão

O Premiere e a Rádio Globo transmitem a partida ao vivo

Ouça este jogo na Rádio Globo, com narração de Renan Moura e comentários de Carlos Eduardo Éboli

Duelo de equipes na estaca zero

Após a chegada de novos treinadores e resultados ruins no meio da semana, Botafogo e Cruzeiro jogam no Mineirão

Davi Ferreira
davi.ferreira@oglobo.com.br

A estreia do Botafogo neste Campeonato Brasileiro acontecerá em um confronto entre equipes que voltaram à estaca zero a esta altura da temporada. Na quinta-feira, enquanto Artur Jorge estreava com derrota por 1 a 0 para a LDU (Equador), pela Libertadores, o Cruzeiro apresentava o novo treinador Fernando Seabra em um amargo empate por 3 a 3 com o Alianza Petrolera (Colômbia), pela Copa Sul-Americana, após abrir 3 a 0 em casa. Hoje, às 17h, os times buscam o recomeço no Mineirão.

Ambos contam com o modelo de administração da SAF desde 2022, mas seguem vivendo as inconstâncias à beira do campo. John Textor e Ronaldo estão indo para o sétimo treinador no período, o que impede uma avaliação robusta dos projetos esportivos.

Muitas trocas

SAFs desde 2022, Botafogo e Cruzeiro estão no sétimo treinador cada um

No alvinegro, o português demonstrou algumas ideias em Quito que pretende dar sequência durante seu trabalho, como um setor ofensivo com quatro homens. Na prática, um 4-4-2 , com dois deles atuando fixos na linha de frente (o que se viu com Tiquinho e Júnior Santos), e os outros dois construindo pelos lados e por trás (Luiz Henrique e Jeffinho).

— Nós procuramos, depois de algum tempo de trabalho, que não foi muito, trazer uma ideia de jogo com uma característica que pretendemos implementar — disse Artur. — Criar condições de uma equipe que possa procurar, com mais critério, o gol adversário.

O tempo é realmente curto neste começo. Após o jogo, o time fez trabalho regenerativo na sexta-feira e viajou diretamente do Equador para Belo Horizonte, onde realizou um treino ontem. Apesar da tendência de manter o esquema tático, alguns jogadores podem ser poupados por conta do desgaste do deslocamento.

Tempo Extra

ESPANHOL

Real Madrid mantém vantagem

▸ Por causa das quartas de final da Liga dos Campeões contra o Manchester City, o Real Madrid foi a campo com time misto, ontem, diante do Mallorca. Mesmo com a dupla brasileira Rodrygo e Vini Jr. em campo por apenas alguns minutos, o time venceu por 1 a 0 e manteve a vantagem na liderança para o Barcelona, que venceu o Cádiz também por 1 a 0.

JAIME REINA /AFP

Vini Jr. jogou 27 minutos

INGLÊS

City goleia e assume liderança provisória

▸ O Manchester City goleou o Luton Town por 5 a 1, ontem, no Etihad, e assumiu a liderança provisória da Premier League, que vive a disputa de título mais parelha da última década. Com 73 pontos, o City aguardará os resultados de hoje. Liverpool e Arsenal, ambos com 71 pontos, enfrentarão o Crystal Palace e o Aston Villa, respectivamente.

TABELÃO

CAMPEONATO BRASILEIRO

CLASSIFICAÇÃO

	CLUBES	PG	J	V	E	D	GP	GC	SG
1	Fortaleza	3	1	1	0	0	2	1	1
2	Internacional	3	1	0	0	0	2	1	1
3	Fluminense	1	1	0	1	0	2	2	0
4	Bragantino	1	1	0	1	0	2	2	0
5	Criciúma	1	1	0	1	0	1	1	0
6	Juventude	1	1	0	1	0	1	1	0
7	Athletico	0	0	0	0	0	0	0	0
7	Atlético-MG	0	0	0	0	0	0	0	0
7	Atlético-GO	0	0	0	0	0	0	0	0
7	Botafogo	0	0	0	0	0	0	0	0
7	Corinthians	0	0	0	0	0	0	0	0
7	Cruzeiro	0	0	0	0	0	0	0	0
	Cuiabá	0	0	0	0	0	0	0	0
	Flamengo	0	0	0	0	0	0	0	0
	Grêmio	0	0	0	0	0	0	0	0
	Palmeiras	0	0	0	0	0	0	0	0
7	Vasco	0	0	0	0	0	0	0	0
7	Vitória	0	0	0	0	0	0	0	0
19	São Paulo	0	1	0	0	1	1	2	-1
20	Bahia	0	1	0	0	1	1	2	-1

Zona da Libertadores ■ *Zona da Copa Sul-Americana* ■ *Zona de rebaixamento à Série B*

1ª RODADA

CRICIÚMA 1X1 JUVENTUDE	Heriberto Hulse.ontem
INTERNACIONAL 2X1 BAHIA	Beira-Rio.ontem
SÃO PAULO 1X2 FORTALEZA	Morumbis.ontem
FLUMINENSE 2X2 BRAGANTINO	Maracanã.ontem
VASCO X GRÊMIO	São Januário.hoje.16h
CORINTHIANS X ATLÉTICO-MG	Neo Química Arena.hoje.16h
ATHLETICO X CUIABÁ	Ligga Arena.hoje.16h
ATLÉTICO-GO X FLAMENGO	Serra Dourada.hoje.16h
CRUZEIRO X BOTAFOGO	Mineirão.hoje.17h
VITÓRIA X PALMEIRAS	Barradão.hoje.18h30

2ª RODADA

BAHIA X FLUMINENSE	Arena Fonte Nova.16/04.21h30
GRÊMIO X ATHLETICO	Arena do Grêmio.17/04.19h
ATLÉTICO-MG X CRICIÚMA	Arena MRV.17/04.19h
BRAGANTINO X VASCO	Nabi Abi Chedid.17/04.19h
FORTALEZA X CRUZEIRO	Castelão.17/04.20h
JUVENTUDE X CORITHIANS	Alfredo Jaconi.17/04.20h
FLAMENGO X SÃO PAULO	Maracanã.17/04.21h30
PALMEIRAS X INTERNACIONAL	Allianz Parque.17/04.21h30
BOTAFOGO X ATLÉTICO-GO	Nilton Santos.18/04.21h30
CUIABÁ X VITÓRIA	Arena Pantanal.A definir

MAIORES CAMPEÕES

12 TÍTULOS

8 TÍTULOS

8 TÍTULOS

7 TÍTULOS

6 TÍTULOS

4 TÍTULOS

4 TÍTULOS

4 TÍTULOS

LIBERTADORES

GRUPO A

	CLUBES	PG	J	V	E	D	GP	GC	SG
1	Fluminense	4	2	1	1	0	3	2	1
2	Colo-Colo	3	2	1	0	1	2	2	0
3	Cerro Porteño	3	2	1	0	1	1	1	0
4	Alianza Lima	1	2	0	1	1	1	2	-1

■ *Classificados às oitavas de final* ■ *Vai para a Copa Sul-Americana*

GRUPO D

	CLUBES	PG	J	V	E	D	GP	GC	SG
1	Jr. Barranquilla	4	2	1	1	0	4	2	2
2	Universitario	4	2	1	1	0	3	2	1
3	LDU	3	2	1	0	1	2	2	0
4	Botafogo	0	2	0	0	2	1	4	-3

■ *Classificados às oitavas de final* ■ *Vai para a Copa Sul-Americana*

GRUPO E

	CLUBES	PG	J	V	E	D	GP	GC	SG
1	Bolívar	6	2	2	0	0	7	2	5
2	Flamengo	4	2	1	1	0	3	1	2
3	Millonarios	1	2	0	1	1	3	4	-1
4	Palestino	0	2	0	0	2	0	6	-6

■ *Classificados às oitavas de final* ■ *Vai para a Copa Sul-Americana*

2ª RODADA (Grupo A)

FLUMINENSE 2 X 1 COLO-COLO	Maracanã.09/04
C. PORTEÑO 1 X 0 ALIANZA LIMA	La Nueva Olla.10/04

2ª RODADA (Grupo D)

JUNIOR 1 X 1 UNIVERSITARIO	Metropolitano.09/04
LDU 1 X 0 BOTAFOGO	Casa Blanca.ontem

2ª RODADA (Grupo E)

FLAMENGO 2 X 0 PALESTINO	Maracanã.10/04
BOLÍVAR 3 X 2 MILLONARIOS	Hernando Siles.ontem

LUCAS MERÇON / FLUMINENSE

ARTILHEIRO
Lima marcou os dois gols do Fluminense na estreia do Brasileiro

Empate doloroso

Flu sai na frente, sofre virada relâmpago, mas arranca igualdade na etapa final

Cayo Pereira
cayo.pereira.rpa@edglobo.com.br

O Fluminense estreou no Brasileirão com uma boa atuação, mas sem os três pontos. Mesmo superior em boa parte da partida, o tricolor não aproveitou as chances e ficou no empate em 2 a 2 com o Bragantino, ontem, no Maracanã. Lima marcou os dois gols dos cariocas, enquanto Eduardo Sasha e Thiago Borbas fizeram os gols do time paulista.

Na próxima rodada, o Fluminense terá um desafio fora de casa. o Tricolor visita o Bahia, na Fonte Nova, na terça-feira, dia 16 de abril, às 21h30, pela segunda rodada do Brasileirão.

— A gente estava com o jogo meio que controlado e conversou no vestiário para não relaxar. Mas infelizmente tomou dois gols de erros nossos, gols bobos. E, no fim das contas, nós acabamos pagando por esses erros — avaliou o lateral Marcelo.

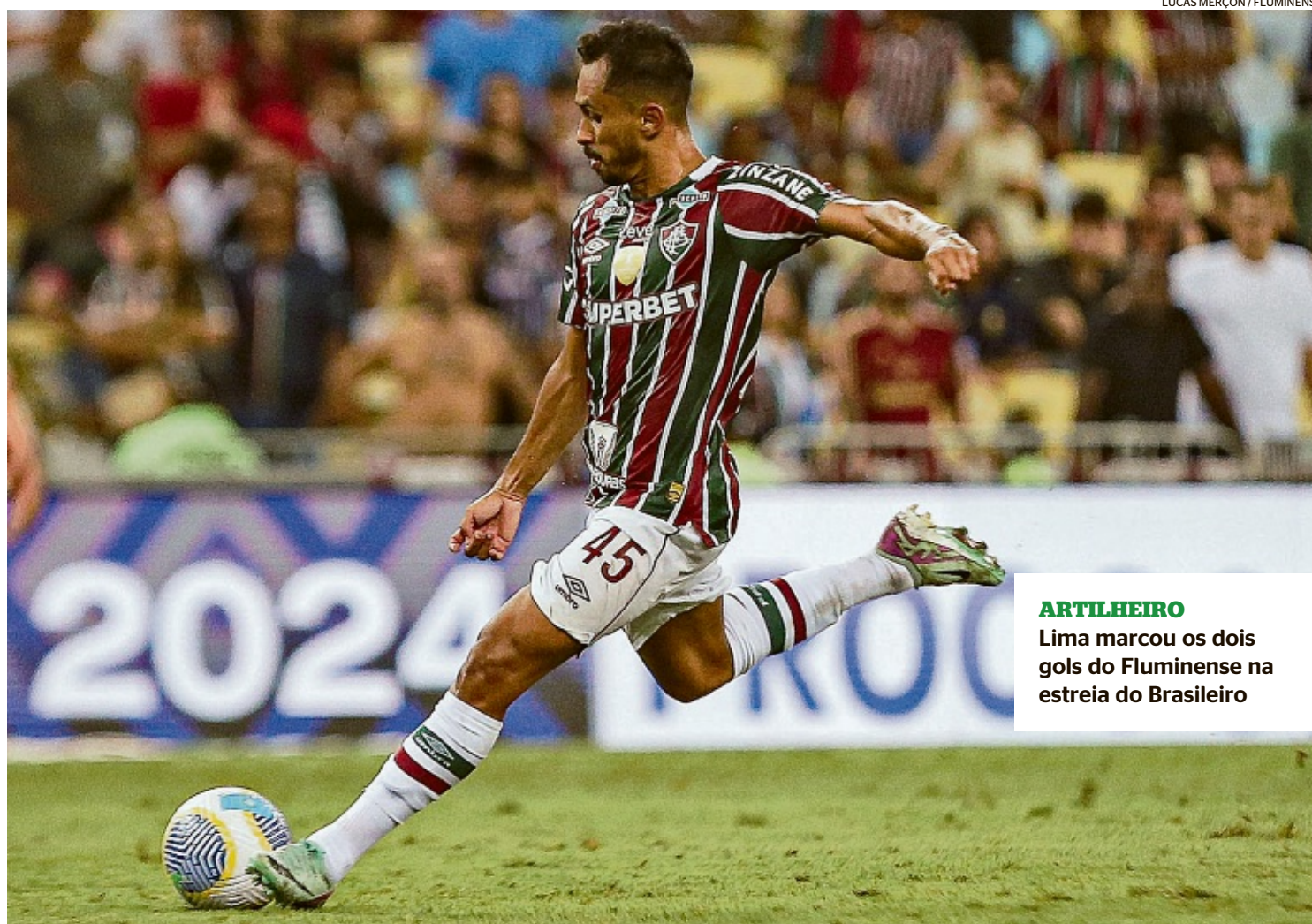
O Fluminense teve um começo forte e colocou o time paulista nas cordas com seus golpes iniciais. Acertou a trave duas vezes, fez o goleiro Cleiton trabalhar muito e evitar que o domínio se transformasse em gols. Foram pelo menos cinco grandes chances para abrir o placar, mas Bragantino soube se esquivar e evitar o pior.

Falhas

Tricolor mostrou fragilidade na defesa nos dois gols do Bragantino

No entanto, em um golpe muito bem dado, Paulo Henrique Ganso pegou o Bragantino com a guarda baixa, cobrou escanteio com rapidez e deixou Lima sozinho para abrir o placar no Maracanã no final do primeiro tempo.

Mas o Bragantino soube achar as fraquezas do Fluminense. Elas se encontram na defesa, que ainda não se encaixou nesta temporada.

No segundo minuto da etapa final, Eduardo Sasha deixou o combate igualado com um gol de cabeça. Cinco minutos depois, mais um golpe: Thiago Borbas, também de cabeça, virou o jogo para o time paulista.

E assim como o Fluminense não soube aproveitar quando teve chances seguidas de gol, o Bragantino também não fez proveito da fragilidade momentânea do seu adversário. E o tricolor usou um golpe raro no time de Fernando Diniz: o chute de fora da área. Lima, com um cruzado potente, finalizou de longa distância, contou com o desvio do adversário e deixou tudo igual no Maracanã.

Após o empate, os times se jogaram ao ataque, mas sem sucesso. Diniz tinha em campo John Kennedy e Douglas Costa, e teve a oportunidade do golpe fatal no adversário, mas já estava sem forças.

LUCAS MERÇON/FLUMINENSE

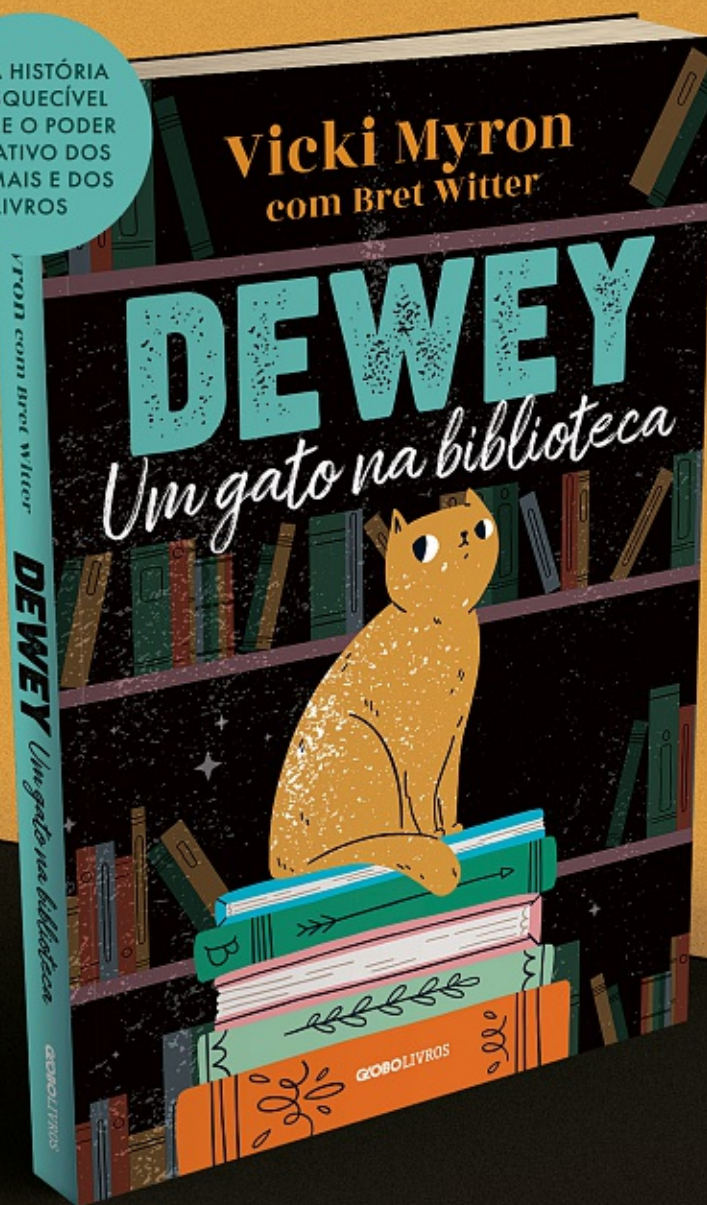
Jogadores comemoram primeiro gol do Fluminense

Fluminense **Bragantino**

FLUMINENSE Fábio, Samuel Xavier (Douglas Costa), Felipe Melo (John Kennedy), Martinelli e Marcelo; André, Lima, Ganso (Felipe Andrade) e Arias; Marquinhos e Cano (Kauã Elias). Técnico: Fernando Diniz.

BRAGANTINO Cleiton (Lucão), Andrés Hurtado, Douglas Mendes, Luan Cândido e Juninho Capixaba (Guilherme Lopes); Raul (Thiago Borbas), Jadsom e Gustavo Neves (Eric Ramires); Laquintana (Vitinho), Henry Mosquera e Eduardo Sasha. Técnico: Pedro Caixinha.

GOLS 1ºT: Lima, aos 49 minutos; 2ºT: Sasha, a um minuto; Thiago Borbas, aos 6 minutos; Lima, aos 22 minutos.
CARTÕES Luan Cândido, Juninho Capixaba,Jadsom e Vitinho (Bragantino) e Marquinhos, Guga e André (Fluminense)
ÁRBITRO
Maguielson Lima Barbosa (DF)
RENDA E PÚBLICO
R$ 834.592,50/17.645 presentes
LOCAL Maracanã

NOVA EDIÇÃO DO BEST-SELLER QUE CONTA A HISTÓRIA REAL E COMOVENTE DO GATO DEWEY

Ainda filhote, Dewey foi abandonado na caixa de devolução de livros da biblioteca pública da cidade de Spencer. O gatinho conquistou o coração da diretora Vicki Myron e de todos que frequentavam o local e, nos dezenove anos seguintes, transformou a vida da cidade ao incentivar a leitura e ajudar a população a lidar com seus problemas pessoais.

DISPONÍVEL NAS LOJAS ON-LINE, LIVRARIAS E EM E-BOOK

GLOBOLIVROS

canal
EXTRA
14 ABRIL 2024 Nº 1.353

NESTE NÚMERO

FÁBIO ROCHA/REDE GLOBO/DIVULGAÇÃO

"No Rancho Fundo" ainda nem começou, e eu já estou louca para dar um passeio pela Rua Vileganhon (na foto acima), a principal de Lapão da Beirada, um dos municípios fictícios construídos nos Estúdios Globo para ambientar a nova novela das seis. É sério, sou apaixonada por cidades cenográficas. Acho incrível o trabalho desses profissionais, que criam uma verdadeira fábrica de sonhos. E não é que a nossa capa, Fernanda Bande, acabou de vir de um lugar bem pertinho do sertão onde acontece a trama que estreia amanhã? Ex-BBB, ela passou uma boa temporada no mesmo endereço, em Curicica, Zona Oeste do Rio, já que a casa mais vigiada do Brasil também fica lá. No confinamento, ela imaginava que não seria amada aqui fora, mas o repórter Thomaz Rocha pôde presenciar durante o processo da entrevista o quanto ela vem sendo assediada nas ruas por fãs carinhosíssimos. A entrevista está demais! E as fotos, um escândalo!

EDITORA-ASSISTENTE

EDITORA-ASSISTENTE
Camilla Mota
(camilla.mota@extra.inf.br)

DESIGNER
Toni Azevedo

PROJETO GRÁFICO
William Batista

FOTO DA CAPA
Márcio Farias

NÓS TESTAMOS

Produtos que nossa equipe experimentou

COM FÓRMULA vegana, o sabonete líquido Calda de Chocolate, da linha Cuide-se Bem Biscoito ou Bolacha de O Boticário, remove impurezas e excesso de oleosidade sem ressecar a pele. Ele é cheiroso, com um aroma bem docinho, de baunilha. A textura e a cor se assemelham a uma calda de chocolate. Depois do banho, você se sente a última bolacha do pacote! R$ 42,90 SAC: 0800 041 3011.

ISABELLA CARDOSO
repórter

LINHA ESPECIAL para prolongar o tempo de coloração dos fios, a Natura Lumina Brilho e Proteção da Cor cumpre o prometido de evitar o desbotamento precoce. O xampu (R$ 33,90) promove uma boa limpeza no couro cabeludo com suavidade; o condicionador (R$ 35,90) hidrata sem pesar; a máscara de blindagem (R$ 51,90), que pode ser usada uma ou duas vezes na semana, é indicada para danos moderados no cabelo tingido, principalmente após uma ida à praia ou à piscina; e o spray antidesbotamento (R$ 52,90) proporciona brilho, protegendo os fios dos danos dos raios UV e deixando-os mais fáceis de pentear. O kit parece reacender a cor do cabelo, e o resultado são fios alinhados e muito bem tratados. Além disso, a fragrância é uma delícia! SAC: 0800 762 88 72.

NAIARA ANDRADE
repórter

A GELEIA iluminadora hidratante desodorante corporal Pod Delas, da Quem disse, Berenice?, tem a cara das cariocas, que contam com o sol quase o ano inteiro. Ela deixa a pele hidratada e macia e com um cheirinho delicioso. O produto ainda ilumina, deixando um brilhinho com um glow meio bronzeado na pele, sem manchar. Serve para o dia e para a noite! R$ 49,90 SAC: 0800 726 6482.

I.C.
repórter

Gabriela Germano
gabriela.germano@extra.inf.br

QUEM VAI CUIDAR DE VOCÊ?

Conforme os anos vão passando, parece que o mundo etiqueta as pessoas com um selo de "trouxa". A indústria cosmética contribui para essa sensação. Num dia você é jovem, no outro você está gastando dinheiro com cremes anti-idade imprescindíveis se quiser manter o viço. Mas vai tentar ler o rótulo dos produtos! É difícil, as letras são minúsculas. Me pergunto se essa fórmula que promete amenizar as linhas de expressão não acaba nos causando mais rugas. De preocupação. Porque a gente constata que precisa ir ao oftalmologista ver o grau dos óculos, a gente se depara com uma realidade que há pouco parecia estar distante e agora começa a nos acenar no horizonte: o envelhecimento. Isso pode até soar como papo fútil relacionado à vaidade. Não é. É uma tentativa de manutenção de uma visibilidade social, tema que voltou a despertar minha atenção vendo o "Profissão repórter" da última terça-feira, com foco em mulheres que abrem mão de empregos e de sua próprias vidas para cuidar de um outro alguém que obrigatoriamente precisa delas.

O programa não tratava só de gente idosa, mas de crianças e jovens adultos que, por alguma questão de saúde, exigem acompanhamento e cuidados em tempo integral. Essa é a realidade de muitas famílias e, com a expectativa de vida aumentando no Brasil, em algum momento vai ser a realidade da sua também. A questão central é: quem cuida também precisa ser cuidado. Entre as tantas histórias comoventes mostradas, está a de Bárbara Melo, do Rio Grande do Norte, que cuida da mãe Edite, de 78 anos, todos os dias, invariavelmente das 5h às 19h. É nesse horário que o seu celular desperta para o último remédio do dia, marcando que ela finalmente vai poder sentar um pouco, descansar, caso consiga, aproveitando que a mãe, diagnosticada com Alzheimer e outras doenças, pegará no sono. O registro da repórter é muito sensível ao mostrar a entrega amorosa e ao mesmo tempo doída de uma filha à sua mãe. Bárbara queria ir ao aniversário de uma amiga e não pode. Bárbara queria ter tempo para viver a sua individualidade, mas está esgotada demais para isso.

Apesar da exaustão, é admirável constatar a força dessa mulher que, mergulhada em sua rotina desgastante há sete anos, ajuda muita gente com o Instituto Jacintas, criado por ela com o objetivo de batalhar por direitos para cuidadoras parentais informais país afora. Desde que passou a auxiliar a mãe, Edite, Brasília foi seu primeiro destino de viagem, o que aconteceu no último mês, na intenção de buscar aliados parlamentares para a criação de uma política de cuidados que garanta a essas mulheres, que batalham sozinhas, apoio para manterem suas vidas, sua saúde física e mental.

Quem de nós está isento de, logo ali à frente, se ver nessa situação? A não ser que você tenha condições financeiras muito boas para arcar com despesas de equipe profissional especializada e home care, amanhã pode ser você a ter que cuidar de alguém que ama ou ser a pessoa que exigirá cuidados. Uma doença limitante, um acidente que paralisa os movimentos... Não é uma visão catastrófica, é uma análise realista. Com nossas vidas ativas e felizes, tendemos a adiar algumas conversas e fugir de determinados temas.

Eu não sei qual a realidade da sua cidade, mas aqui no Rio de Janeiro, por exemplo, fecha uma porta e, logo após uma reforma, brota uma farmácia no lugar. Percebe uma lógica nisso? Um maior número de pessoas está adoecendo ou, pior, as pessoas estão adoecendo cada vez mais cedo. Drogaria, portanto, é um negócio lucrativo. E todos nós, sem exceção, somos interessantes como mercado consumidor. Já como gente, vamos nos invisibilizando conforme o tempo passa e nosso corpo enfraquece.

A causa da Bárbara é uma causa de todos, em qualquer idade, em qualquer lugar. Aos interessados em conhecer mais, o perfil do Instituto Jacintas no Instagram é @institutojacintas.

A CASA dos Leonel Limoeiro em Lasca Fogo foi inspirada em residências coloridas de Pernambuco

JOÃO COTTA/GLOBO/DIVULGAÇÃO

ESTREIA

BEM-VINDOS AO SERTÃO DO RIO!

Descubra os detalhes dos cenários de Lasca Fogo e Lapão da Beirada, locais fictícios construídos nos Estúdios Globo: é lá que moram personagens de 'No Rancho Fundo', novela das seis que estreia amanhã

TEXTO **ISABELLA CARDOSO** isabella.cardoso@extra.inf.br

FOTOS DE FABIO ROCHA/GLOBO/DIVULGAÇÃO

O GRANDE Hotel São Petesburgo é o destaque da cidade cenográfica de Lapão da Beirada

Se há algo que enche os olhos dos telespectadores de novelas são as cidades cenográficas. Em “No Rancho Fundo”, trama das seis da Globo que estreia amanhã, não vai ser diferente. A história é conduzida pela pura Quinota (Larissa Bocchino), filha de Zefa Leonel (Andrea Beltrão), que se apaixona por Marcelo Gouveia (José Loreto), um galanteador, que mora no município de Lapão da Beirada. A mocinha, no entanto, vive num rancho em Lasca Fogo, com toda a sua família. Anne Bourgeois, a cenógrafa que lidera a equipe por trás dos cenários, revelou que sua inspiração para a obra de Mario Teixeira veio de suas viagens pelo Norte e Nordeste do Brasil, onde coletou referências reais.

— Essa grande colagem de referências resultou numa estética particular. É uma verdadeira colcha de retalhos — compara Anne.

Lapão da Beirada é retratada como uma cidade em movimento, impulsionada pelo desenvolvimento econômico advindo da exploração das jazidas da região. Através da cenografia, os telespectadores verão uma paisagem urbana com construções imponentes e sofisticadas, como o icônico Grande Hotel São Petesburgo (nas fotos desta página). Ele tem tem lobby, bar, porta giratória, jardim externo e uma decoração interior marcante.

— A estética do hotel é sofisticada, apesar do uso de materiais rústicos. A composição do mobiliário, dos tecidos decorativos e afrescos nas paredes imprime uma distância estética do rancho da família Leonel — explica Anne.

O hotel fica na Rua Vileganhon, que faz as vezes das elegantes avenidas de grandes metrópoles. A cenógrafa lista as lojas que se reúnem nesse endereço:

— Lá tem loja de perfumes, de flores, de roupas e de decoração, salão de beleza, ótica, restaurantes, sorveteria, joalheria, barbearia, hotel, igreja, prefeitura, residências e até cemitério. Nem todas as fachadas tem interior, mas todas elas tem ao menos vitrines com produtos — descreve Anne.

Elementos como platibandas (moldura ou fai-

A RUA Vileganhon é a principal da cidade; na foto: igreja ao fundo, cercada por barbearia, loja de refrescos, de doces, de sapatos e uma cafeteria

POR DENTRO de uma das lojas da Rua Vileganhon

A LOJA de roupas da Rua Vileganhon

O BAR Mexe-mexe em Lapão da Beirada

xa horizontal na parte superior de uma construção, que tem como finalidade esconder o telhado, as calhas, a caixa d'água etc.), comuns no interior do Nordeste e e em cidades históricas do Brasil, criam uma atmosfera única. Fachadas adornadas com placas luminosas fazem o luxo se mesclar com a história e a tradição.

— Amo a arquitetura de platibanda, essas cores... Temos uma fábula, então pudemos construir esse lugar que não existe, mas que, ao mesmo tempo, carrega uma estética tão comovente que há no coração do nosso país — afirma a profissional.

O diretor artístico Allan Fitterman ressalta que a cidade cenográfica de Lapão da Beirada foi construída numa área de 6,7 mil metros quadrados nos Estúdios Globo.

— É como se fosse uma cidade tombada. Temos um ambiente colorido, e as cores são quentes. Existe algo retrô e anacrônico ao mesmo tempo, já que a novela é contemporânea. Temos pessoas no celular e elas falam sobre questões atuais, mas também mostramos que ainda existe uma família sem luz, em Lasca Fogo, uma cidade próxima que parou no tempo de certa forma.

GRANDIOSA
LAPÃO DA BEIRADA TEM 6,7 MIL METROS QUADRADOS

É o caso da família Leonel Limoeiro. Os protagonistas ainda vivem à base de velas e lamparinas no rancho. A residência foi inspirada em construções de Pernambuco e foi construída numa área de cerca de 3,5 mil metros quadrados.

— Em Lasca Fogo, também optamos pela platibanda. Mas a casa dos Leonel é desgastada e cercada de cactos, com chiqueiro, galinheiro... Como não tem luz, contrasta com a paleta de cores e placas luminosas de Lapão da Beirada — diz Anne.

A cenógrafa destaca os desafios enfrentados ao trazer o sertão para os Estúdios Globo:

— Tivemos que retratar a vegetação e a aridez. Além disso, utilizamos materiais específicos, como adobe, paus-a-pique, pinturas caiadas com pigmentos naturais e telhas de coxa, para criar uma atmosfera autêntica. Fugiu do convencional!

FOTOS DE FABIO ROCHA/GLOBO/DIVULGAÇÃO

A DELEGACIA de Lapão da Beirada

EM FRENTE à Prefeitura de Lapão da Beirada, há um coreto

A SORVETERIA de Lapão da Beirada

QUEM É QUEM

NA TRAMA DE 'NO RANCHO FUNDO'

ZEFA LEONEL (ANDREA BELTRÃO)

Casada e mãe de três filhos, ela mora num rancho com a família, incluindo a irmã e quatro agregados. Mulher sertaneja, Zefa é inteligente, racional e fatalista. Sofreu muitas necessidades na vida, o que a transformou numa pessoa cautelosa e poupadora. Será a responsável por fazer a família ficar rica, ao encontrar uma pedra preciosa.

TICO LEONEL (ALEXANDRE NERO)

Marido de Zefa, é um homem de personalidade marcante. Matuto esperto que só, mas ingênuo diante dos encantos da cidade grande. Deixa-se levar facilmente pela primeira impressão. Quando se mudar para a cidade, se envolverá com quem não deve, colocando em risco a paz familiar.

TIA SALETE (MARIANA LIMA)

Irmã de Zefa, sofreu uma grande decepção amorosa e, por isso, desconfia de qualquer um. Vai se envolver com o delegado Floro Borromeu (Leandro Daniel).

QUINOTA (LARISSA BOCCHINO)

Filha de Zefa e Tico, é a mocinha da história. Será enganada por Marcelo Gouveia, por quem se apaixona perdidamente, mas experimentará o amor verdadeiro quando conhecer Artur.

ARTUR (TÚLIO STARLING)

Inteligente e culto, é filho de Ariosto e Dona Manuela (Valdineia Soriano). O engenheiro cresceu num orfanato com o melhor amigo, Marcelo, e foi adotado contra a vontade do pai.

MARCELO (JOSÉ LORETO)

Um engenheiro sedutor e bon-vivant, ele vê a carreira ir por água abaixo por causa de seu vício nas corridas de cavalo sertanejo. Promete casamento a Quinota, mas foge para Salvador.

ARIOSTO (EDUARDO MOSCOVIS)

Não suporta o filho, Artur, pois acredita que ele só tem interesse em sua herança. Milionário recluso e avarento, é um homem ranzinza e duro. Com a ajuda de Marcelo, vai tentar roubar o que Zefa conquistou.

BLANDINA (LUISA ARRAES)

Filha de Dona Castorina (Fátima Patrício), é capaz de armar arapucas com a maior frieza. Falsa e muito esperta, vai formar uma dupla de trapaça com Marcelo, aproximando-se de Quinota.

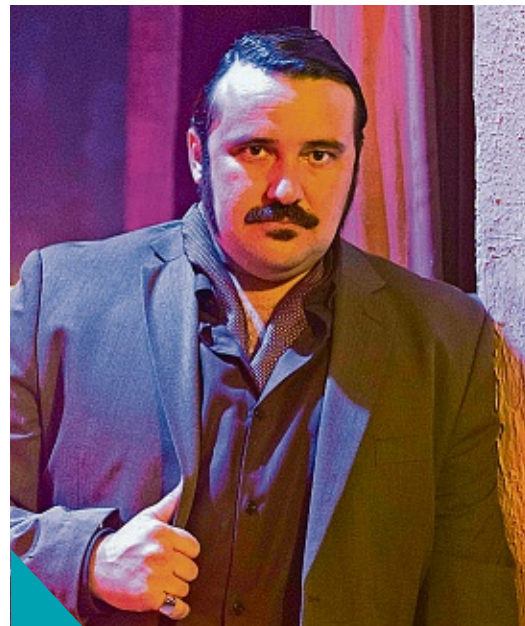
CARIDADE (CLARA MONEKE)

Uma das três Rosalinas, as fofoqueiras da cidade. Moderna, irreverente e de pavio curto., se apaixona por Guilherme Tell (Rafael Saraiva). Trabalha como garçonete no Grande Hotel São Petersburgo.

DEODORA (DEBORA BLOCH)

Do universo de "Mar do Sertão", a fazendeira de Canta Pedra se mudou para Lapão da Beirada e agora é dona de um cabaré. Vai se deparar com Zefa, a quem fez maldades no passado.

JORDÃO (ALEJANDRO CLAVEAUX)

Guarda-costas de Deodora, derrete corações. Mas é perigoso e capaz de tudo por ela.

VESPERTINO (THARDELLY LIMA)

Apaixonado por Deodora, o agiota de Canta Pedra também se mudou para Lapão da Beirada e é sócio da vilã no cabaré. Ele se aproveita das moças que procuram a fama instantânea das redes sociais.

SABÁ (WELDER RODRIGUES)

Ex-prefeito de Canta Pedra, cumpriu pena e se mudou para Lapão da Beirada com a intenção de refazer sua carreira política. Consegue se eleger prefeito, de olho na fortuna crescente da região.

LEIA MAIS!

Na Telinha, veja motivos para acompanhar a trama e, na página 22, os resumos da primeira semana.

FERNANDA BANDE

E O OSCAR VAI PARA...

No filme, ela não tem um final feliz, mas nas cenas pós-créditos... Diferentemente do que imaginava ao ser eliminada, a ex-BBB só tem recebido carinho nas ruas e conquistou uma legião de fãs capaz de salvá-la até da depressão: 'Não tô sozinha. Não vão me deixar chegar naquele lugar de novo'

REPORTAGEM E PRODUÇÃO EXECUTIVA **THOMAZ ROCHA** thomaz.rocha@oglobo.com.br FOTOS **MÁRCIO FARIAS** @marciofariasfoto
ASSISTENTE DE FOTOS **FELIPE SANTANA** @felipe.s.fotografia STYLING **RODRIGO BARROS** @rg_barros BELEZA **ZUH RIBEIRO** @zuhribeirobeauty_

Ela daria uma ótima personagem, daquelas complexas, cheias de camada. Tem características de mocinha, mas algumas atitudes de antagonista... Fato é que se Fernanda Bande, de 32 anos, não levou o prêmio milionário do "BBB 24", ganhou muito mais do que dinheiro. As conquistas da carioca de coração niteroiense começam com uma legião de fãs que a acompanha por onde vá. Antes mesmo de ela chegar ao estúdio da Canal Extra, local das fotos para esta reportagem, várias pessoas gritavam seu nome na porta querendo fazer fotos com a, agora, famosa. E foi se sentindo uma verdadeira estrela que ela posou para cliques inspirados em papéis femininos do cinema, arte que ama, como deixou claro no confinamento ao narrar, com detalhes, várias cenas.

Assim como a determinada Holly (Audrey Hepburn), do clássico "Bonequinha de luxo" (1961), Fernanda busca realizar sonhos, sem esquecer as dificuldades da infância, quando a família passou por crises financeiras. Já ao "vestir" Catherine Tramell (Sharon Stone), do suspense erótico "Instinto selvagem" (1992), ela mostra a sensualidade que empresta a trabalhos como modelo de lingerie. Na pele de Vivian (Julia Roberts), de "Uma linda mulher" (1990), reafirma seu humor, com pitadas de deboche.

Além de as duas terem risadas marcantes, é fácil imaginar a ex-BBB "esfregando na cara" de uma vendedora que a humilhou uma infinidade de compras milionárias feitas em lojas concorrentes, como na comédia romântica. Seu Richard Gere é o educador físico Daniel Gregg, com quem se relaciona há quase dez meses. E, ainda que tenha se envolvido em polêmicas no reality, a ex-integrante do grupo gnono é defendida por ele com todo coração.

A passagem pelo "BBB" foi mesmo atribulada, como a vida da protagonista de "Bruna Surfistinha" (Deborah Secco, 2011), mas agora a moça vislumbra um futuro de oportunidades, como fazer publicidade, dar aulas de confeitaria e estudar mais sobre autismo, para melhor ajudar o filho Marcelo, de 11 anos. Confira!

“ME SENTIA MUITO PÉSSIMA E QUERIA QUE AS PESSOAS FICASSEM GRATAS POR ALGO QUE EU FIZESSE”

Você disse que o cinema a aproximou do seu pai. Como foi isso?
Meu pai (engenheiro químico da Petrobras, hoje aposentado) trabalhava bastante, e, muitas vezes, embarcado. Então, a gente quase não se encontrava. Ele tinha que fazer hora extra para conseguir pagar as contas. Os filmes uniram a gente. Ele é um cinéfilo clássico, sabe tudo. Víamos filmes juntos quando dava. Minha paixão pelo cinema começou quando acordei cedo só para assistir a “Moulin Rouge” com ele na TV. Fiquei encantada. De lá pra cá, aprendi a ir ao cinema sozinha, faço bolos vendo filmes, horas e horas a fio...

Qual é a história da sua família?
A minha mãe veio de uma origem humilde, e a família do meu pai é muito pequena. Nossa realidade nunca foi fácil. O meu pai era o único que sustentava a gente. Minha mãe cuidava da casa, meu irmão mais velho (o policial André, de 34, que mora no Nordeste) nasceu com má-formação, e isso foi difícil pra ela. Sempre passamos por dificuldades financeiras. A realidade de morar em Niterói é bem diferente do que as pessoas imaginam. Tudo é muito caro, ainda mais para os meus pais que tiveram três filhos. Além disso, tem o Marcelo (seu filho, de 11 anos), que não tem apoio do pai em nada.

Como é sua relação com os irmãos (o caçula, Gabriel, de 26 anos, é bombeiro)?
André e eu nos afastamos muito cedo. A gente nunca foi muito próximo, não temos um laço de amizade forte. Acho que também nossos signos não batem (ela é de Câncer, e o irmão é de Touro). Já a minha relação com Gabriel sempre foi de cuidado. Quando ele era pequeno, eu era responsável por botar ele para comer, levava na escola, ajudava nos deveres... Era quase uma obrigação minha, como uma relação de mãe e filho. Ele só realmente deixou de ser meu filho quando começou a namorar, aí me largou (risos).

Como era a Fernanda aluna?
Quando minha mãe conseguiu bolsa pra mim, fui para um colégio legal, mas muito diferente. Tinha juízo de valor: os sapatos certos, a roupa certa, a marca certa... Eu era a que não tinha nada, mas, como era muito comunicativa, eu me virava. Mesmo assim, rolava preconceito. Se você não tem o tênis certo, você não entra para o grupo dos amigos. Eu era a menina do uniforme velho. Os grupos se afastam real, senti isso na pele.

De onde surgiu sua relação com os doces?
O doce me salvou. Num momento da minha vida, fiquei muito triste, realmente não me sentia importante. Não tinha dinheiro pra nada. Foi quando percebi que precisava fazer alguma coisa. Fiz um bolo pra uma amiga e foi a sensação da festa. Todo mundo queria comprar. À beira da depressão, com dois filhos (ela também é mãe de Laura, de 6 anos), sem rumo, sem futuro, sem dinheiro, vi como se fosse um chamado. Peguei o celular, baixei um aplicativo de logotipos. Fiz uma logo que representava exatamente o meu momento. Me sentia muito péssima e queria que as pessoas ficassem gratas por algo que eu fizesse. Queria me sentir amada de alguma forma. Aí o nome veio automaticamente na cabeça: “Bem que vai, bem que vem”. O negócio cresceu tanto que comecei a dar aulas.

Como driblou a depressão?
Durante meu casamento (ela se casou após o fim do relacionamento com o pai de Marcelo), comecei a estudar moda e entrei no mercado de fotografia, agência, balé... eu vivi um glamour. Eu estava num palco com roupa de cristal dançando para centenas e milhares de pessoas. Quando houve a ruptura da relação, a coisa desandou. Tudo que aconteceu comigo foi estando com alguém. Sozinha, eu não consegui galgar muita coisa. Fiquei perdida. Perdi a casa que a gente dividia, perdi o conforto, o lazer, o apoio. Comecei a ficar muito mal, à beira do desespero. Depois, me relacionei com o pai da Laura, fomos morar juntos, engravidei de novo, mas não trabalhava e aí pensei: “como vai ser minha vida cuidando de dois filhos sem dinheiro?”. Porque meu (então) marido não era uma pessoa que ia dar dinheiro para a esposa administrar. Fiquei pra bai-

Fernanda posa como a determinada Holly do clássico filme "Bonequinha de luxo"

xo, não tinha ânimo pra nada. Me vi no sofá estática, com uma criança rodando (já que Marcelo fazia movimentos repetitivos) e um bebê chorando. Fui afundando no poço. Um dia levantei do sofá e reagi. Depois, quando comecei a dar aulas, minhas alunas também tinham depressão e eu as ajudei. Eu era muito boa em ajudar as pessoas, mas não era boa em ajudar a mim mesma.

Como está a Fernanda hoje?
Eu ainda tenho muita carência em algumas questões. Mas, pelo volume de carinho que estou recebendo das pessoas, acho que elas não vão deixar (ter uma recaída). Não tô sozinha. Não captei fã, e sim empatia e amigos. Ninguém vai me deixar chegar naquele lugar de novo. Tô muito tranquila em relação a isso.

Como avalia os comentários de haters que veiculam suas fotos de lingerie e criticam esse trabalho por você ser evangélica?
Acho uma bobeira. É um trabalho. Antes de eu me divorciar (do relacionamento que teve entre o pai do Marcelo e o pai da Laura), eu tinha comprado uma lingerie nova. Achava que iria usar no finalzinho do casamento, tinha alguma esperança de voltar. Eu não usei. Peguei meu último centavo e paguei uma diária num hotelzinho para fazer umas fotos com ela. Mandei as fotos para a marca contando minha história e eles gostaram de mim. Me chamaram para trabalhar como modelo. Eu tava sem dinheiro nenhum e comecei a parceria com eles, que entenderam meu momento, que eu precisava da grana. Já sobre a religião, mesmo sendo católica e estudando em escola de freiras (São Vicente), não me ligava à crença. Quando descobri minha igreja atual (CEI, do pastor Valdir Brasil) fiquei toda arrepiada. Não conhecia ninguém ali, mas, quando vi o show e a igreja toda preta parecendo o Rock in Rio, com luzes e raio laser, igual a boate, entrei. Do nada, já estava toda arrepiada, tipo um gato, e já estava ajoelhada. Fiquei louca com aquilo ali. Me enxergo como evangélica por opção, mas não por conhecimento. Eu não conheço todo o evangelho. Estou numa caminhada, ainda aprendendo. Peco, xingo, bebo... Não posso chegar e levantar uma bandeira para que os outros evangélicos não se sintam representados por mim.

Teve algum conflito com a sua mãe, que é umbandista?
Minha mãe é mãe de santo, e influente. Eu presen-

A EX-BBB se inspira na personagem de Sharon Stone em "Instinto selvagem"

ciei muitas coisas na minha infância, só que ela nunca estimulou a gente a seguir nada. Eu nem sei onde fica o terreiro dela, ela não conversa comigo sobre isso, nunca quis dividir. Quando eu me converti, ela me apoiou. Os outros é que não não apoiam. Há muita intolerância.

Durante o "BBB", você disse: "às vezes eu tenho vontade de jogar meus filhos pela janela". Muita gente a criticou, mas muitas mulheres a apoiaram, chamando atenção para a maternidade real...

Essa fala foi muito clara de exaustão. Acredito que muitas mães já viveram a minha dor também. E aí essa expressão é muito figurativa, mostra o ápice do cansaço, do estresse. Nunca vai ser sobre botar seus filhos em risco e, sim, sobre "nossa, eu não aguento mais essa situação". Engraçado que as partes boas ninguém comenta, né? Logo depois dessa frase eu falei "aí você vê um sorrisinho de uma criança e quebra tudo, depois você recebe uma cartinha do seu filho com um desenho e você acha que é a coisa mais linda do mundo". Tudo na vida sempre vai ter o momento do amor e também da dor.

Quais foram exatamente as suas dores na maternidade?

Eu não estava preparada para ser mãe. Tudo foi difícil, desde o começo em que me vi sozinha com um bebê recém-nascido sem saber o que fazer, o medo de fazer errado... isso gera uma insegurança muito forte. Você precisa de apoio, de acolhimento. Se você não escuta as palavras certas, você se sente cada vez pior com o julgamento alheio. A Fernanda hoje está em processo de aprendizagem. Atualmente tenho pessoas que se importam comigo, que querem me ajudar. Estou buscado melhorar em todos os aspectos. Me vejo esperançosa e determinada, com vontade de ajustar as minhas falhas, até mesmo entender o quadro do Marcelo. Se tenho alguma angústia, eu não preciso conviver com ela. Eu preciso tratá-la.

O que você aprendeu com o Marcelo nesses últimos anos?

Havia uma cobrança externa do tipo: "esse menino não fala?", "ele tem problema?", "ele não escuta?". Aí a gente começou a fazer vários exames para procurar diagnósticos. Isso gerava ansiedade e eu ficava muito nervosa. Aos poucos, fui entendendo que ele tinha o tempo dele e cabia a mim respeitar e ter paciência. A paciência hoje é uma das minhas maiores virtudes. Eu também comecei

“EU NÃO ESTAVA PREPARADA PARA SER MÃE. TUDO FOI DIFÍCIL, DESDE O COMEÇO”

FERNANDA USOU

ANIMALE
@animalebrasil
CARYOCA BOUTIQUE
@caryocaboutique
FAVELA HYPE
@favelahypeoficial
JULIANA CARNEIRO
@julianacarneiroacessorios
LE LIS BLANC
@lelisblanc
POWER LOOK
@powerlook_
RONNELLY
@ronnellyjoias
SHOE HOUSE
@shoehousebr
VIZZANO
@vizzano_oficial
ZIARA
@ziarasemijoias

“UMA LINDA MULHER”: Nanda em seu momento Julia Roberts

a ter um olhar diferente sobre tudo. Ele não entende o mundo, isso me faz ser muito mais sensível. Óbvio que eu tive alguns momentos de estresse, mas a minha sensibilidade com o próximo ficou bastante aguçada.

Como mãe de autista, como se sente revendo frases capacitistas que falou no programa?
Foi péssimo. Me sinto mal. O estresse lá de dentro deixa a gente realmente fora da caixinha. Eu nem sei o que eu estava falando. Só falei besteira em alguns momentos. Realmente não concordo com nada do que foi falado. O meu filho começou o tratamento numa clínica de psicomotricidade. Eles estão dispostos a me ajudar com tudo. Tô aprendendo agora da forma correta e entendendo melhor o caso do Marcelo. Tem muita gente querendo me orientar nisso e tô disposta a aprender. Em breve, espero ajudar outras mães.

Como é a relação com o pai do Marcelo?
A gente não tem muito contato e, infelizmente, não tenho nem o que falar sobre ele. Ele não participou em nada da criação do Marcelo. Criei meu filho sozinha com o máximo de apoio possível da minha família.

E com o pai da Laura?
Ele, sim, é presente. É um excelente pai, o melhor pai que eu poderia escolher. Ele não tinha contato com crianças nem tinha vontade de ter filho. Mas realmente ama ser pai. A Laura é o maior tesouro da vida dele. E os dois se parecem muito, até fisicamente.

Durante o confinamento você sofreu muito hater, inclusive comentários maldosos em relação aos seus filhos...
Meu irmão (Gabriel) me poupou de ler esses comentários. Mas conversamos muito a respeito. A gente chorou muito com isso. Ele estava muito triste por conta das coisas que estavam falando do Marcelo (neste momento, Fernanda não segura a emoção e começa a chorar). Eu não consigo falar... É muito cruel. Meu irmão disse que vai procurar advogado, pois foram tantos comentários terríveis. Ele me falou poucas coisas e eu ainda não sei lidar com isso. Não gosto de repetir nada dessa história porque me dói muito.

Como está o namoro com Daniel Gregg?
Quando eu entrei na casa, a gente só tinha cinco meses de relacionamento. Por conta da minha rotina, só conseguia ver o Dani às segundas-feiras. Como era meu dia de folga, eu tinha que escolher entre ir para academia, fazer o cabelo no salão ou ficar com ele. Outros relacionamentos que eu tentei ter antes não deram certo por isso. Em muitos momentos coloquei o Dani acima dos cuidados comigo. Eu quero ficar com ele, pedi paciência. Quero namorar, estar viva, me sentir querida. Após o "BBB", eu tô preocupada. Ele tem dois filhos e eu não quero disputar esse espaço de forma alguma. Não tenho conseguido ficar nem com os meus filhos direito. Ele tá me acompanhando quando pode. Não quero de coração afetar a rotina dele, a vida dele, a família dele. É tudo muito novo para nós dois. A gente ainda tá tentando entender como que a gente vai se encaixar dentro dessa rotina. Precisamos de um tempo juntos, ainda não conseguimos namorar, nem demos um beijo direito (até o dia desta entrevista). Acho que eu não sei mais beijar nem namorar. Eu falei pra ele ter paciência. A gente está se descobrindo de novo.

Como tem sido nas ruas esses dias após a eliminação do "BBB"?
Nas ruas, só estou recebendo amor. As pessoas querem muito falar comigo, muitas crianças, inclusive. Tô sentindo muito carinho, algo que eu realmente não esperava. Já nas redes sociais não é a mesma coisa. Descobri que tá bem dividido. Entendi que eu tenho um fã-clube absurdamente forte, lindo e maravilhoso que me defende com unhas e dentes, e isso me fortalece. Não fui premeditada no programa. Fui com um objetivo muito declarado (ganhar o prêmio) e eu nunca pensei em câmera. ●

"BRUNA SURFISTINHA" deu o tom deste look

TELINHA

Zean Bravo
zean.bravo@extra.inf.br

CRÍTICA

DE FRENTE PARA A TV

UMA NOVA NOVELA

Após acompanharmos os dramas e amores das sete protagonistas de "Elas por elas", que viviam no corre-corre do Rio de Janeiro, vamos mergulhar no universo sertanejo de "No Rancho Fundo", nova novela das seis que estreia amanhã na Globo. Dos mesmos criadores de "Mar do sertão" (2022), a trama, que não é uma continuação do folhetim anterior, promete cativar o público com muito romance e histórias de superação. Aqui, a coluna lista nove razões para ficarmos de olho na produção.

1) Equipe afinada: a obra é escrita pelo autor de "Mar do sertão", Mario Teixeira, que repete agora a parceria com o diretor Allan Fiterman.

2) Sertão moderno: a novela é uma comédia romântica contemporânea com ares de fábula sertaneja.

3) Mulher forte: a trama é conduzida por uma matriarca arretada, Zefa Leonel, interpretada pela sempre maravilhosa Andrea Beltrão.

4) Elenco: atores como Alexandre Nero, Eduardo Moscovis, Mariana Lima e Clara Moneke terão personagens de destaque na novela.

5) Tipos conhecidos: a história trará de volta alguns personagens de "Mar do sertão" vivendo novas situações. Veremos a vilã Deodora (Debora Bloch), o político Sabá Bodó (Welder Rodrigues), o Padre Zezo (Nanego Lira), o malandro Vespertino (Thardelly Lima), entre outros.

6) Cenários agitados: o Cabaré Voltagem, comandado por Deodora, e o Grande Hotel São Petersburgo vão receber diferentes personagens.

7) Trilha sonora: a novela reúne clássicos das músicas brasileira e nordestina com direito a baião, piseiro, xote e muito forró.

8) Dupla explosiva: além de manterem uma relação quente, os ambiciosos Blandina (Luisa Arraes) e Marcelo Gouveia (José Loreto) vão aplicar muitos golpes.

9) Novos talentos: estreante nas novelas, Larissa Bocchino será a mocinha Quinota. Túlio Starling, que fez uma participação em "Pantanal" (2022), será Artur, o par romântico da protagonista.

A COLUNA LISTA NOVE MOTIVOS PARA FICARMOS LIGADOS NA TRAMA DE 'NO RANCHO FUNDO'

Debora Bloch está de volta como vilã

Grande vilã de "Mar do sertão", Deodora, a personagem vivida Debora Bloch, volta repaginada e ainda mais amargurada em "No Rancho Fundo" após ter matado acidentalmente seu filho, Tertulinho (Renato Góes), na trama anterior. Na nova novela, ela será uma pedra no sapato de Zefa Leonel (Andrea Beltrão). Agora, a perua, que comanda um cabaré, surge com novo visual: ela substituiu os cabelos escovados (foto ao lado) pelos cachos, e aposta num figurino mais ousado e numa maquiagem com mais personalidade.

ZAPEANDO

PAPEL NO CINEMA APÓS SÉRIES DE SUCESSO

Após ser vista nas séries "Fim", do Globoplay, e "Suíte Magnólia", do Canal Brasil, Marina Provenzzano estará ao lado de Johnny Massaro no filme "Aumenta que é rock'n'roll", previsto para estrear nos cinemas no dia 25. Ela interpreta Alice, uma das locutoras da Rádio Fluminense.

MARIANA VIANNA

FABIANA KARLA ESTREIA NO SBT

A próxima edição do "Bake off Brasil — Mão na massa", que estreia em agosto na plataforma Max e que, posteriormente, será exibida pelo SBT e pelo canal Discovery Home & Health, será apresentada pela atriz Fabiana Karla. Os chefs André Mifano e Carole Crema serão os jurados.

DIVAS AO LADO DA BRASIL JAZZ SINFÔNICA

A TV Cultura exibe hoje, às 20h, um concerto inédito da Brasil Jazz Sinfônica com as cantoras Liniker e Tulipa Ruiz. Com regência de Ruriá Duprat, a apresentação conta com canções autorais das artistas, como "Baby 95" e "Psiu", de Liniker; e "Só sei dançar com você", de Tulipa.

NOVELAS

RESUMOS DA SEMANA

LÉO ROSARIO/REDE GLOBO/DIVULGAÇÃO

José Inocêncio (Marcos Palmeira) rejeita Mariana (Theresa Fonseca) ao vê-la vestida com a camisola de Maria Santa (Duda Santos) e diz que quer ver a mulher do jeito que a conheceu.

RENASCER

GLOBO • SEG A SÁB | 21H20

SEGUNDA-FEIRA
José Inocêncio rejeita Mariana ao vê-la vestida com a camisola de Maria Santa. Norberto se surpreende com a volta de Sandra para o vilarejo. Rachid comunica a Sandra que agora ele é o dono da casa que era de Jacutinga e a convida para abrirem um negócio juntos. Norberto fica apreensivo com a decisão de Sandra, que pretende retomar as atividades da casa de Jacutinga.

TERÇA-FEIRA
José Inocêncio diz a Mariana que quer conviver com a mulher do jeito que a conheceu. Joana ameaça Egídio e acaba contando ao coronel que Sandra está na casa que era de Jacutinga. Rachid resolve morar na casa com Sandra, mas não esconde sua preocupação. Sandra revê a mãe, Dona Patroa.

QUARTA-FEIRA
Dona Patroa fica incrédula quando Sandra a convida para morar com ela. José Inocêncio deduz que Eliana esteja tendo um caso com Damião. A ex-modelo faz suposições sobre a gravidez de Buba para José Inocêncio, que decide viajar ao Rio de Janeiro para fazer uma visita ao casal. Venâncio sugere que Buba use uma barriga falsa.

QUINTA-FEIRA
Sandra, João Pedro e Augusto enfrentam Egídio. José Inocêncio celebra a gravidez de Buba. José Inocêncio orienta Venâncio em como agir com Eliana, e conta que a ex-mulher do filho estava tendo um caso com Damião. Buba se sente mal por usar a falsa barriga e por mentir para José Inocêncio.

SEXTA-FEIRA
Buba e Venâncio discutem sobre a farsa da gravidez. Buba deixa claro para José Venâncio que não quer mais enganar ninguém e ameaça se separar do publicitário. Venâncio contraria Buba.

SÁBADO
José Inocêncio fica sabendo que Rachid foi casado com Marianinha, irmã mais velha de Maria Santa. Buba expulsa Venâncio de casa e exige que ele conte a verdade para José Inocêncio. Venâncio manda que Eliana deixe seu apartamento. Joana avisa a Tião que não quer mais a galinha dentro de casa. Rachid se nega a entregar a José Inocêncio a carta escrita por Marianinha para Maria Santa.

BARRIGA
Buba (Gabriela Medeiros) se sente mal por usar uma falsa barriga e por mentir para José Inocêncio.

PAULO BARROS/REDE GLOBO/DIVULGAÇÃO

RACHID FAZ CONVITE INESPERADO PARA SANDRA

Rachid (Almir Sater) comunica a Sandra (Giullia Buscacio) que agora ele é o dono da casa que era de Jacutinga (Juliana Paes) e a convida para abrirem um negócio juntos. Já Norberto (Matheus Nachtergaele) fica apreensivo com a decisão da jovem, que planeja retomar as atividades do antigo bordel.

FAMÍLIA É TUDO

GLOBO • SEG A SÁB | 19H40

SEGUNDA-FEIRA
Ramón deixa Pudim e Laurinha com Vênus. Paulina afirma a Brenda que não tem como seu plano dar errado. Andrômeda e Chicão buscam ajuda. Jéssica finge para Luca estar interessada em reatar a amizade com Electra. Lupita pensa em se declarar para Júpiter. Odair captura Pudim.

TERÇA-FEIRA
Lupita observa Júpiter se insinuar para uma moça na feira e desiste de se declarar. Mila grava Hans contando sobre seu plano com Jéssica contra Electra. Vênus se desespera com o sumiço de Pudim. Paulina orienta Odair. Andrômeda sente ciúme de Chicão com Sheila. Tom avisa à polícia sobre o sumiço do filho. Paulina responsabiliza Vênus pelo sumiço do menino.

QUARTA-FEIRA
Pudim é encontrado. Brenda culpa Paulina pelo que aconteceu com o neto. Andrômeda tem uma ideia para atrapalhar o jantar de Chicão e Sheila. Paulina repreende Odair. Jéssica tenta se reaproximar de Electra.

QUINTA-FEIRA
Jéssica pede perdão a Electra. Kleberson acompanha Andrômeda ao restaurante onde Chicão está com Sheila. Hans mostra Electra para as moças que aplicarão o golpe nela. Chicão parte para cima de Andrômeda e Kleberson. As moças provocam Electra no bar.

SEXTA-FEIRA
Uma pessoa filma, sem ser vista, a discussão das moças com Electra. Sheila briga com Andrômeda. Vênus avisa a Tom que irá procurar Nilton por conta própria. Catarina marca uma reunião com Leda, Lulu e Nanda. A polícia intima Electra a ir à delegacia.

SÁBADO
Electra é levada para a delegacia, e Andrômeda fica nervosa. Nicole enfrenta Max e sai com Plutão. Lulu e Nanda questionam o motivo de Catarina querer impedir a investigação de Vênus. Nilton destrata Vênus. Jéssica agradece a Hans pelo sucesso do plano contra a rival. O delegado decide prender Electra.

REDE GLOBO/REPRODUÇÃO

PAULINA ARMA O SEQUESTRO DE SEU FILHO

Decidida a afastar Vênus (Nathalia Dill) de Tom (Renato Góes), Paulina (Lucy Ramos) vai armar um plano envolvendo os próprios filhos para prejudicar a mocinha. Ela orienta Odair (Emanoel Thompson) a capturar Pudim (Antônio Caramelo) num momento em que o menino e Laura (Sophia Rosa) estão com a namorada do pai. O homem leva Pudim consigo sem que Vênus veja, e ela se desespera. Enquanto Tom avisa à polícia sobre o desaparecimento do filho, Paulina responsabiliza a rival. Mas o garoto acaba sendo encontrado.

CIÚME
Andrômeda (Ramille) tem uma ideia para atrapalhar o jantar entre Chicão (Gabriel Godoy) e Sheila (Marianna Armellini).

. Não perca!

Electra vai parar atrás das grades de novo

REDE GLOBO/REPRODUÇÃO

Jéssica (Rafa Kalimann) finge para Luca (Jayme Matarazzo) estar interessada em reatar a amizade com Electra (Juliana Paiva), se reaproxima dela, pede perdão, mas na encolha prepara um golpe com a ajuda de Hans (Raphael Logam). Ele convoca umas moças para provocarem Electra num bar, a discussão é filmada, e a ex-detenta é convocada a ir até a delegacia, sendo presa novamente.

NO RANCHO FUNDO

GLOBO • SEG A SÁB | 18H30

SEGUNDA-FEIRA
Marcelo (José Loreto) e Quinota (Larissa Bocchino) se admiram por mensagens no celular. Artur (Túlio Starling) alerta Marcelo sobre o povo do sertão e comenta que ele precisa trabalhar. Marcelo e Quinota se encontram e são flagrados por Zefa (Andrea Beltrão).

TERÇA-FEIRA
Zefa ameaça Marcelo, que foge. Todos ouvem um tiro e questionam se Zefa atentou contra Marcelo. Quinota diz à mãe que gosta dele, e Zefa afirma que, se Marcelo voltar, aceitará o namoro. O vilão é expulso do cabaré por Deodora (Debora Bloch), que cobra a dívida do rapaz ao amigo dele, Artur. Zé Beltino (Igor Fortunato) se revolta ao saber que Marcelo esteve com Quinota e atira nele.

QUARTA-FEIRA
Marcelo desperta do susto, afirma que teve uma visão, e Zé Beltino acredita que foi Nossa Senhora. Marcelo pede a mão de Quinota em casamento. Zefa expulsa Marcelo de sua casa e proíbe Quinota de sair. Quinota foge.

QUINTA-FEIRA
Zefa deduz que Quinota foi atrás de Marcelo. Vespertino (Thardelly Lima) cobra Marcelo. Quinota encontra Marcelo, mas foge após um mal-entendido. Tobias (Duda Rios) detém Quinota e convoca o delegado Floro Borromeu (Leandro Daniel), que dá voz de prisão à moça.

SEXTA-FEIRA
Zefa confronta Marcelo sobre o paradeiro de Quinota. Ariosto (Eduardo Moscovis) afirma que Dona Manuela (Valdineia Soriano) está mal por culpa de Artur e acusa o filho adotivo de ser um intruso em suas vidas. Zefa é detida por desacato e encontra Quinota. Marcelo vai à delegacia e pede novamente a mão de Quinota em casamento. Quinota se rebela contra Zefa e diz que deseja ficar com Marcelo. Artur salva Quinota de um assalto.

SÁBADO
Artur e Quinota se admiram. A mocinha se recusa a voltar para casa, e Artur oferece abrigo no hotel em que está hospedado. Zé Beltino parte para cima de Artur ao vê-lo com Quinota, mas ela o interrompe. Marcelo descobre que Quinota está no hotel e invade seu quarto.

FABIO ROCHA/REDE GLOBO/DIVULGAÇÃO

QUINOTA SE REBELA E FOGE DE CASA

Marcelo (José Loreto) pede a mão de Quinota (Larissa Bocchino) em casamento. Zefa (Andrea Beltrão) expulsa o rapaz e proíbe a relação. A mocinha foge de casa.

A INFÂNCIA DE ROMEU E JULIETA

SBT • SEG A SEX | 20H30

SEGUNDA-FEIRA
As crianças entram no Mundo da Imaginação com o Fausto “mirim” e precisam completar missões para devolver os livros. Gláucia descobre que Leandro sofreu outro infarto. Fê Dengosa invade o Armazém e passa mal com o veneno que foi colocado na loja. Telma ganha flor de um admirador. Mini também recebe presente de uma admiradora. Fausto encontra Faustinho.

TERÇA-FEIRA
No Mundo da Imaginação, a rainha prende as crianças. Branca leva Fê Dengosa ao hospital. Laura compra um tênis que Alex não gosta, e ele é grosso com a mãe. Vera diz a Bernardo que vai repensar a separação. Glaucia demite Enzo e passa a controlar as finanças da empresa.

QUARTA-FEIRA
Na casa de Clara, Fê Dengosa finalmente toma banho. Mini acha que Telma é sua admiradora secreta, enquanto ela acredita que Fred é o seu. Alex diz a Lívia que ele cuida mais da mãe do que o contrário. Laura chora ao sentir que atrapalha os filhos. As crianças vencem a rainha, mas não encontram os livros deixados no multiverso. De volta à realidade, Fausto vira adulto, mas acredita que estava sonhando. Alex pede desculpa à mãe.

QUINTA-FEIRA
No hospital, Téo chora ao ver o avô em estado grave, e Amanda nota o carinho do filho por Leandro. Glaucia diz para Téo que ele nunca será um Monteiro, e Amanda defende o filho. Muke e Trapaça descobrem que Chilique e Fê Dengosa estão na casa de Clara. Romeu visita o avô no hospital. Vera e Bernardo falam para Glaucia que vão ficar de olho nela e que ela deve prestar conta a eles.

SEXTA-FEIRA
Muke e Trapaça confrontam Chilique e Fê Dengosa, que se recusam a ir embora. Julieta cobra Rosalina por tentar prejudicar a relação dela com Lívia. Vitor pede para Glaucia deixá-lo trabalhar na Monter Holding. Na véspera do campeonato, Alex, Julieta, Nando, Téo e Sofia pedem ajuda de Hélio para treiná-los, e Fred se irrita. Karen admite para Telma que tentou atrapalhar o relacionamento dela com Daniel.

SBT/DIVULGAÇÃO

GLAUCIA CHORA AO VER PAI PIORAR

Apesar de desejar ver Leandro (Guilherme Sant’anna) saudável, Glaucia (Karin Hills) continuará com os planos de roubar todo o dinheiro da empresa.

INÊS249

CRUZADA abc TEMÁTICA

As casas em destaque referem-se a algumas personagens vividas por Susana Vieira e suas respectivas novelas.

"Senhora do Destino"

Relativo a 30 dias

Suspender; suprimir

"A (?) de Noé", álbum de Vinicius

"Terra e Paixão"

(?) de: a respeito de; sobre

Pontaria, em inglês

"Por Amor"

Diz-se da tarefa exaustiva (fig.)

(?) x Flu, clássico do RJ (fut.)

Fedor (bras.)

Antigo título de nobreza francês

Ladeira (abrev.)

Lutar como o esgrimista

"Mulheres Apaixonadas"

Dança tradicional portuguesa

"Mulheres de Areia"

Congênita (pl.)

Molécula-grama (Quím.)

Esconderijo de feras

Ouro e mercúrio

"(?) Macaco no seu Galho", hit de Gil

"A Sucessora"

"Anjo Mau"

Anfíbio anuro da região amazônica

O Supremo é Deus (Bíblia)

Manter bezerros na engorda

Prefixo de "natimorto": nascido

Pedra de moinhos

"Éramos Seis"

"(?) Ching", oráculo

Em posição superior

Agnaldo Timóteo, cantor e compositor

Elemento necessário à vida (símbolo)

Aquele que cumpre pena na penitenciária

"(?) Branca", clássico da MPB

Divulgação: Trouva/TV Globo

/editoracoquetel

@coquetel

RESPOSTA

BANCO 3/aca — aim. 4/arca — vira. 6/delfim.

ESOTERISMO

HORÓSCOPO

www.personare.com.br

ÁRIES 21/03 A 19/04

A tendência é que você fique mais sensível às necessidades familiares. Nesta fase, procure não sacrificar o bem-estar pessoal.

NO AMOR: Lua, Vênus, Mercúrio e Sol tendem a lhe pedir para manter o romance em harmonia. Os desafios da convivência a dois podem ser maiores se não respeitar a voz de quem você gosta. Chegou a hora de se articular melhor em nome do equilíbrio emocional do casal.

TOURO 20/04 A 20/05

A expressão emotiva e das ideias tende a ser impulsionada, mas é preciso ter noção de conveniência e preservar sua intimidade.

NO AMOR: é importante que você reveja com calma algumas posturas e atitudes. A vida a dois deve ser administrada com bom senso. Incoerências afetivas podem tirá-lo totalmente do sério nesta fase. Lua, Vênus, Mercúrio e Sol tensionados tendem a pedir empenho à relação amorosa.

GÊMEOS 21/05 A 21/06

A generosidade pode revestir sua postura, mas é preciso saber se dar limites para não dispor de suas finanças de forma leviana.

NO AMOR: procure fazer boas escolhas, como Lua, Vênus, Mercúrio e Sol recomendam. Convém organizar melhor o envolvimento afetivo e não deixar que as dificuldades o tirem do sério nesta fase astrológica. Chegou o momento de dar ainda mais força à pessoa querida. Vá fundo!

CÂNCER 22/06 A 22/07

Pode seguir destemido na defesa de suas metas perante a vida. Tente evitar que o individualismo mine as parcerias profissionais.

NO AMOR: você e seu par romântico devem assumir uma atitude mais cuidadosa para o bem do vínculo amoroso. Busque aceitar a missão de rever sua postura diante da pessoa querida. Lua, Vênus, Mercúrio e Sol podem lhe pedir uma postura intuitiva para lidar melhor com o relacionamento afetivo.

LEÃO 23/07 A 22/08

Os problemas podem ser processados com intensidade, gerando ansiedade e reações dramáticas. Procure se fortalecer.

NO AMOR: é preciso manter o amor em primeiro plano neste período astrológico. Tente evitar desculpas para não lidar com as dificuldades da relação. Procure adotar uma postura emocional tranquila. O que interessa é a forma como você administra o seu envolvimento amoroso.

VIRGEM 23/08 A 22/09

Sua postura em relação às amizades pode ficar mais comprometida, mas é preciso tomar cuidado para não deixar suas necessidades íntimas de lado.

NO AMOR: Lua, Vênus, Mercúrio e Sol pedem atenção no que diz respeito a atitudes indevidas que podem trazer problemas maiores com o passar do tempo. Dedique-se ao relacionamento! É fundamental demonstrar paciência em relação ao vínculo amoroso, buscando mudar a convivência.

LIBRA 23/09 A 22/10

Seu compromisso com as responsabilidades pode se elevar, o que gera processos eficazes. Tente não se posicionar de modo tirânico.

NO AMOR: Lua, Vênus, Mercúrio e Sol devem sugerir que haja diálogo com a pessoa querida. Procure entender que o relacionamento afetivo vai exigir transformações pessoais. Desta forma, o romance se desenvolve melhor. Certas mudanças precisam ser encaradas com tranquilidade.

ESCORPIÃO 23/10 A 21/11

Suas expectativas de realização pessoal tendem a se elevar, o que o ajuda a dar o melhor de si na gestão de projetos.

NO AMOR: situações difíceis podem tirá-lo do sério, mas é preciso evitar possíveis incoerências trazidas por uma postura impulsiva. Procure manter a relação emocional em primeiro plano nesta fase e busque fazer escolhas mais sensatas em nome do vínculo amoroso.

SAGITÁRIO 22/11 A 21/12

Procure fortalecer suas ambições e buscar empoderamento perante a vida. Você tende a atuar de forma socialmente discreta.

NO AMOR: Lua, Vênus, Mercúrio e Sol tendem a incitar uma atitude dinâmica frente às necessidades urgentes do vínculo amoroso. Busque encarar os desafios do amor de forma mais corajosa. Incoerências emocionais podem servir de motivo para lidar melhor com a convivência romântica.

CAPRICÓRNIO 22/12 A 19/01

As demandas interpessoais podem ganhar corpo nesta fase, o que aflora em você uma postura fraterna, comprometida e diplomática.

NO AMOR: tente refletir seriamente sobre qualquer imprudência ligada à relação. A vida a dois exige atenção. É fundamental participar mais vezes das decisões envolvendo o vínculo amoroso. O romance pode ser o principal motivo, a fim de que haja uma renovação dos interesses emocionais.

AQUÁRIO 20/01 A 18/02

A rotina pode pedir mais de você tanto do ponto de vista produtivo, quanto do mental e emotivo. Tente definir prioridades.

NO AMOR: Lua, Vênus, Mercúrio e Sol tendem a sugerir que você assuma a responsabilidade de lidar com o envolvimento afetivo de modo firme. Encare as situações difíceis para fortalecer seus sentimentos e a rotina a dois. Seu romance exige uma postura mais dedicada de sua parte.

PEIXES 19/02 A 20/03

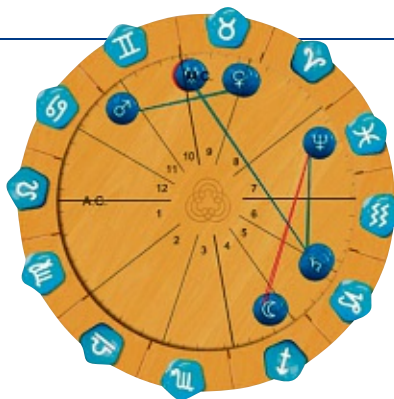
O meio social pode se mostrar mais estimulante. É fundamental ser cuidadoso com os gastos financeiros e com sua privacidade.

NO AMOR: Lua, Vênus, Mercúrio e Sol recomendam agir de forma feliz. Dessa forma, você percebe que o amor pode se fortalecer. Para manter em primeiro plano o relacionamento, é preciso demonstrar calma às necessidades do convívio afetivo. Atenção às mudanças dentro do seu romance!

MAPA ASTRAL

MARTE NO MAPA ASTRAL

Marte rege a maneira como agimos e indica como manifestamos energia. É um importante significador de sexualidade. No mapa de uma mulher, revela o perfil que desperta seu erotismo. Já no do homem,, como ele tende a agir durante a conquista.

Lendo a posição de todos os signos no seu Mapa Astral, você pode mergulhar num caminho de autoconhecimento e entender quem de fato você é, como se relaciona e muito mais. Faça uma versão gratuita de seu Mapa acessando personare.com.br/mapa-astral

TARÔ

Arcano 7 — O Carro

Anime-se, pois este é um momento feliz, quando tudo o que possa representar mudança será bem-vindo. Então, não tenha medo, vá em frente! Você estará ansioso para se desligar de coisas velhas e ultrapassadas, abrindo espaço para o novo em sua vida. Mude, sim, mas dentro de suas reais necessidades. Faça também um exame detalhado dos seus anseios mais profundos e invista pesado em seu "projeto felicidade". Aproveite o clima de animação para ampliar o seu círculo de amizades. Quem sabe vai conseguir uma boa oportunidade profissional, ou aquele coração para chamar de seu.

GLÓRIA BRITHO

www.gloriabritho.com.br

DICA HOLÍSTICA

CROMOTERAPIA

VALE A PENA ESCOLHER O LUGAR DO ANIVERSÁRIO?

Na astrologia, o aniversário de uma pessoa é o momento em que o Sol volta ao ponto em que estava no céu do dia em que ela nasceu. Mas os demais astros ocupam novas posições. A análise das previsões de aniversário, a revolução solar, indica as tendências do próximo ano de alguém. O lugar onde o aniversariante passa a data é um dos dados usados na mandala astrológica. Ou seja, ao mudar o local, esse mapa também pode mudar. Mas, afinal, vale a pena escolher onde estar nesse dia? Existem astrólogos que acreditam ser possível alterar as tendências de um ano ao escolher um local diferente. Já outros especialistas defendem que o lugar de residência é o que prevalece.

SANTO DO DIA

SANTA LUDOVINA nasceu em 1380, na Holanda, numa família humilde, e dedicou a infância à caridade, recolhendo itens para os necessitados. Após um acidente na adolescência que a deixou paralisada, ofereceu suas dores pela conversão dos pecadores. Viveu sete anos de penitência, alimentando-se apenas da eucaristia, e morreu em 1433. Foi canonizada em 1890 e é venerada como intercessora dos doentes crônicos.

PERFIL

ROBERTO CARLOS

ÁRIES E ESPIRITUALIDADE

A pessoa que tem o signo de Áries — como Roberto Carlos, que faz aniversário na próxima sexta-feira — geralmente se interessa por atividades voltadas para o autoconhecimento, tendo plena consciência de quem é e quais são seus desafios e qualidades. O ariano inspira autenticidade ao seu redor. Mas deve tomar cuidado com o apego ao seu jeito de ser, acreditando que não precisa mudar. O problema de ter Áries em qualquer lugar do mapa astral é o de ter muita iniciativa, mas não necessariamente de concluir o que começou. Isso acontece porque o nativo desse signo perde logo o interesse e já quer começar algo novo. Isso pode se desenvolver em diversas áreas da vida, inclusive na espiritualidade.

Elemento: fogo
Ritmo: cardinal
Cores: amarelo, azul e verde
Flores: impatiens
Pedras: ametista e turmalina rosa

Gostou? Então descubra o que significa a combinação do seu Signo e Ascendente fazendo uma versão gratuita de seu Mapa Astral em personare.com.br/mapa-astral

ACORDA, MENINA!

Ana Maria Braga é a apresentadora do "Mais você"

DICA DA LOURA

Qual a quantidade de água que uma pessoa deve tomar por dia? O cálculo é de 35ml por quilo. Mas ainda depende muito do clima, da temperatura e da atividade da pessoa. Quanto mais calor fizer e mais ativo for, mais água é necessária.

LANCHE

QUICHE DE ARROZ INTEGRAL COM PEITO DE PERU

INGREDIENTES 5 ovos • 1/2 xícara (chá) de leite • sal a gosto • pimenta-do-reino a gosto • 4 xícaras (chá) de arroz integral cozido • 100g de muçarela ralada • 100g de peito de peru defumado picado • 50g de queijo parmesão ralado • 100g de tomates-cereja em metades • 1 talo de alho-poró fatiado • manteiga para untar • orégano para polvilhar

Numa tigela, coloque ovos, leite, sal e pimenta-do-reino. Bata com um fuê até incorporar os ingredientes. Depois, acrescente arroz integral cozido e muçarela ralada. Misture com uma espátula e transfira para um refratário untado com manteiga. Cubra com peito de peru, queijo parmesão, tomate-cereja e alho-poró. Leve para assar no forno a 180°C de 20 a 30 minutos. Finalize com orégano e sirva em seguida. Se quiser, decore o prato com folhas de alface.

SOBREMESA

MUSSE DE CHOCOLATE COM FAROFA DE LIMÃO

INGREDIENTES FAROFA DE LIMÃO: 200g de biscoito de maisena • 30g de nozes picadas • 200g de manteiga derretida • Raspas de 1 limão-siciliano • MUSSE DE CHOCOLATE: 160ml de água quente • 90g de açúcar • 400g de chocolate meio amargo picado • 12g de gelatina incolor e sem sabor diluída em 80ml de água • 2 latas de creme de leite sem soro • 200g de leite em pó • 30g de manteiga sem sal em temperatura ambiente • raspas de chocolate a gosto • limão cristalizado a gosto

Farofa de limão: numa tigela, misture biscoito de maisena triturado, nozes, manteiga derretida e raspas de limão-siciliano até virar uma farofa úmida. Reserve. Musse de chocolate: no liquidificador, bata água quente, açúcar, chocolate meio amargo picado, gelatina incolor, creme de leite em soro, leite em pó e manteiga sem sal até ficar homogêneo. Numa forma redonda, coloque a farofa de limão como base e amasse com uma colher. Cubra com a musse de chocolate e leve à geladeira por 4 horas. Desenforme e finalize com raspas de chocolate, limão cristalizado e raspas de limão. Sirva em seguida.

Nas livrarias e em e-book!

GLOBOLIVROS